Nr. 5 • Dezember 2012 / Januar 2013

forum bochum

GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT FÜR UNSERE STADT

Kostenlos!
Zum Mitnehmen

Titelthema Vorsorge
Infos, Interviews, Tipps und Regeln

Knochenmehl für den Kiefer
Innovative Technik für Zahnimplantate

Barrierefrei, altengerecht
Neue Codes für komfortables Wohnen

Gut. Für gleich bleibende Lebensqualität.

Der Pflegefall: Wie schützen Sie Ihr Vermögen und das Ihrer Angehörigen?

Mit realisierbaren Lösungen finanzielle Sorgen vermeiden.

Sparkasse Bochum

In gesunden Tagen Vorsorge für den Pflegefall treffen. Ganz wichtig für Sie ist, dass Sie rechtzeitig Ihre betreuungsrelevanten, medizinischen und finanziellen Angelegenheiten regeln. Dabei helfen wir Ihnen. Außerdem zeigen wir Ihnen auf, wie Sie sich und Ihre Angehörigen vor wirtschaftlichen Belastungen weitgehend schützen können. Ihr Sparkassenberater freut sich auf das persönliche Gespräch mit Ihnen. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse-bochum.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Editorial

Das Jahr 2012 neigt sich dem Ende zu, und damit biegt auch für uns das erste Jahr forum bochum auf die Zielgerade ein. Der große Zuspruch und die vielen positiven Reaktionen, die wir bekommen haben, bestätigen, dass wir mit unserem Gesundheits-Magazin den Nerv getroffen haben.

In der heutigen Zeit, in der täglich das Aus großer Zeitungen vermeldet wird, mit einem neuen Printprodukt zu starten, war nicht ganz risikolos. Doch die Resonanz hat uns gezeigt, dass das Interesse für ein Magazin mit spezieller Ausrichtung auf lokaler Ebene groß ist: Es wird gerne gelesen – und zwar auf gedrucktem Papier und nicht online. Das bestärkt uns, künftig noch mehr Energie in das Thema zu stecken.

Die Zeit zwischen den Jahren wird gerne genutzt, um kurz inne zu halten, Bilanz zu ziehen und sich neue Ziele zu setzen. Das geht uns nicht anders und unser „guter Vorsatz" fürs neue Jahr ist klar: Wir werden Sie auch 2013 wieder mit Informationen rund um das Thema Gesundheit und Lebensqualität versorgen und weiter an der Qualität feilen.

Sich selbst etwas Gutes tun, etwas mehr Sport treiben, mit dem Rauchen aufhören oder auf eine gesündere Ernährung umstellen – die guten Vorsätze, die viele zur Jahreswende formulieren, haben häufig mit dem Thema Gesundheit zu tun. Für uns der Grund, den Schwerpunkt in der letzten Ausgabe 2012 auf die Vorsorge zu legen. Dabei geht es vor allem um die Früherkennung. Denn die Behandlungs- und Heilungsmöglichkeiten sind meist umso besser, je eher eine Krankheit erkannt wird. Früherkennungsuntersuchungen sind ein wesentlicher Teil der Prävention. Und wer etwas für seine Gesundheit tun will, geht nicht erst zum Arzt, wenn sich Beschwerden einstellen. Wichtig ist vielmehr, den eigenen Gesundheitszustand regelmäßig kontrollieren zu lassen.

Wir geben Tipps und fundierte Informationen. Blättern Sie in aller Ruhe durch unsere Ausgabe und besuchen Sie uns auch im Netz (www.forum-bochum.com) oder auf Facebook (www.facebook.com/ForumBochum).

Wir bedanken uns an dieser Stelle bei allen Lesern, Partnern, und Kunden für ihre Unterstützung und wünschen allen eine entspannte Vorweihnachtszeit, ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Ihr forum-bochum-Team

Andrea Schröder | Eberhard Franken | Nils Rimkus

Aus dem Inhalt

Innovative Medizin

Bergmannsheil: Preis für Behandlung mit Stoßwellen bei Brandwunden 4

Knochenmehl für den Kiefer: Innovative Technik in Augusta-Zahnklinik 5

Gesundheitsstadt Bochum

Landeszentrum Gesundheit NRW: Perspektiven für die Gesundheitsversorgung von Morgen 6

HNO-Klinik Bochum: Erste Bonebridge-OP in NRW 21

Titelthema Vorsorge

Prophylaxe wichtig für die Zahnerhaltung 8

Betriebliche Gesundheitsförderung – Projekte zahlen sich aus 9

Krebs: Die Zeichen frühzeitig erkennen 10

Darmkrebs: Tumorgewebe zielgenau entfernen 11

Bergmannsheil: Pflegefachkräfte zu Hygienebeauftragten geschult 23

U-Untersuchungen wichtig für Kinder-Entwicklung 14

„Faule Kinder gibt es nicht" – Interview mit Iris von der Lippe über Bewegungsstörungen 15

Deutsche Duchenne-Stiftung und benni & co führen Kampf gegen Muskeldystrophie 16

„Barrierefrei", „altengerecht" – neue Codes für komfortables Wohnen 18

Augusta in Linden: Der Vereinsamung im Alter vorbeugen mit „Berg und Tal" 20

Fördern, Unterstützen, Spenden

Augusta-Mitarbeiter spenden für Kinderhospizdienst 24

Dank Sparkasse: Geldsegen für Kindergärten in Wiemelhausen 26

6000 Euro und Kabarettist Jochen Malmsheimer bei Benefiz-Auktion „Farbe bekennen" der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet 27

Zu guter Letzt

Der kleinste Weihnachtsmarkt im Lande 32

Impressum 32

Stoßwellenbehandlung bei Brandwunden

Plastischer Chirurg des Bergmannsheils erhält Cicatrix-Studienpreis

Wie sich die Wundheilung bei Verbrennungsverletzungen mittels gezielter Stoßwellenbehandlung verbessern lässt, untersucht Dr. Ole Goertz vom Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil. Für seine Forschungsarbeit wurde der Oberarzt der Klinik für Plastische Chirurgie und Schwerbrandverletzte, Handchirurgiezentrum, Referenzzentrum für Gliedmaßentumore (Direktor: Prof. Dr. Marcus Lehnhardt) jetzt mit dem „Cicatrix Studienpreis 2012“ ausgezeichnet. Der Preis zählt mit 10.000 Euro Preisgeld zu den höchstdotierten Auszeichnungen in der Plastischen Chirurgie.

Großflächige Wunden bei Patienten mit Verbrennungen sind kritisch, weil sie zu Wundinfektionen und schlimmstenfalls zu einer Blutvergiftung (Sepsis) führen können. Forscher suchen daher neue Wege, den Heilungsprozess solcher Wunden zu beschleunigen und damit die Gefahr von Folgeerkrankungen und Bewegungseinschränkungen durch Vernarbungen für den Patienten zu verringern. Eine Arbeitsgruppe unter Leitung von Dr. Ole Goertz verfolgt jetzt einen neuen Ansatz: Die Wissenschaftler prüfen, ob eine gezielte Behandlung mit sogenannten Stoßwellen die Wundheilung positiv beeinflusst. Hierbei werden über ein Gerät außerhalb des Körpers (also: extrakorporal) Schallwellen erzeugt. Sie werden dann fokussiert als hochenergetische Stoßwellen auf das betroffene Körperareal gerichtet. Durch die wiederkehrende Behandlung können beispielsweise Nierensteine „zerrüttet“ werden. Daneben wird dieses Verfahren auch bei verschiedenen orthopädischen Krankheitsbildern eingesetzt, beispielsweise bei schlecht heilenden Knochenbrüchen (Pseudarthrosen).

Dr. Ole Goertz.
fobo-Bild: V. Daum / Bergmannsheil

Positive Effekte auf die Wundheilung

Nach ersten experimentellen Studien, die Dr. Goertz und sein Team durchgeführt haben, scheint die „Extrakorporale Stoßwellentherapie“ tatsächlich heilungsfördernde Effekte bei Brandwunden zu haben. Parameter wie die Angiogenese, also die Ausbildung neuer Blutgefäße und die Mikrozirkulation des Blutes werden demnach positiv stimuliert. Daneben beobachteten die Forscher verbesserte Stoffwechselprozesse bei der Interaktion weißer Blutkörperchen (Leukozyten) mit dem Endothel, der innersten Zellschicht der Blutgefäße. Dieser Vorgang ist entscheidend dafür, dass die Leukozyten als körpereigene Abwehrwaffen in entzündetes Gewebe eindringen und Krankheitserreger unschädlich machen können.

Ermutigende Ergebnisse

„Unsere ersten experimentellen Ergebnisse sind sehr ermutigend“, sagt Dr. Goertz. „Mittelfristig wäre zu prüfen, ob unsere Annahmen auch im Rahmen klinischer Patientenstudien Stand halten.“ Der Studienpreis, der ihm jetzt für seine Arbeit vom Verein Cicatrix e.V. – Gemeinschaft für Menschen mit Verbrennungen und Narben – zuteil wurde, ist dotiert mit einem Preisgeld von 10.000 Euro und soll dazu beitragen, seine Forschungsarbeit zu intensivieren. Der Preis wird überreicht im Rahmen der Jahrestagung der Deutschsprachigen Arbeitsgemeinschaft für Verbrennungsbehandlung (DAV) im Januar 2013.

Robin Jopp

➤ Weitere Informationen
zum Cicatrix-Studienpreis: www.cicatrix.de

zur Stoßwellenbehandlung bei Brandverletzungen: Dr. Ole Goertz
Bergmannsheil Bochum, Universitätsklinik für Plastische Chirurgie und Schwerbrandverletzte, Handchirurgiezentrum, Operatives Referenzzentrum für Gliedmaßentumore
Bürkle-de-la-Camp-Platz 1, 44789 Bochum, Tel.: 0234/302-6841
E-Mail: ole.goertz@bergmannsheil.de

Stoltenberg
Zahnärzte
Wittekindstr. 42
44894 Bochum - Werne
☎ 0234 – 261470
Mo. – Do.: 7.15 – 20.00 Uhr
Fr.: 7.15 – 17.00 Uhr
Zentrum für sanfte LASERZAHNHEILKUNDE
Informieren Sie sich ausführlich:
www.sanfter-laser.de
Karies entfernen, ohne Bohrer
Fast immer: ohne Spritze
Biostimulation: bessere Heilung
Lippenherpes: sofort ohne Schmerzen

FOCUS vergibt Bestnoten an Josef-Chefärzte

Vier Klinikdirektoren des Bochumer St. Josef-Hospitals (Katholisches Klinikum Bochum) erhielten von der FOCUS-Gesundheitsredaktion Bestnoten als Ärzte und Forscher.

Gefäßchirurgie-Klinikchef Prof. Dr. Achim Mumme erhält Bestnoten für seine Eingriffe bei Carotis-, Bypass- und Krampfaderproblemen. Lob gibt es auch für seine Spezialisierung in der Venen-, Bypass- und Halsschlagaderchirurgie.

Chef-Kardiologe Prof. Dr. Andreas Mügge mit den Schwerpunkten invasive Kardiologie, Bildgebung, schwere Herzinsuffizienz, Herzfehler-Therapie und schwer einstellbarer Bluthochdruck gehört zu den führenden Publizisten. Gute Noten erhält er auch für sein breites Therapiespektrum.

Patientenlob zählte auch

Chirurgie-Klinikdirektor Prof. Dr. Waldemar Uhl wird für zahlreiche Arzt- und Patientenempfehlungen und seine Spezialisierung für interdisziplinäre Therapieangebote bei bösartigen Tumoren des Verdauungstrakts gelobt.
Der Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin Prof. Dr. Eckard Hamelmann ist mit den Schwerpunkten Asthma, Lungenerkrankungen, Immundefekte und Infektanfälligkeit zweimal genannt: In der Allergie-Behandlung hat er die meisten Ärzte- und Patientenempfehlungen; in der Asthma-Behandlung erreicht er in allen bewerteten Rubriken hohe Punktzahlen.

Ebenfalls Grund für die Top-Bewertung der vier Ärzte war die jeweils sehr hohe Zahl von veröffentlichten wissenschaftlichen Publikationen.

Setzen in der Implantologie erfolgreich auf die aus der Traumatologie stammende Augmentationstechnik: die Augusta-Experten Prof. Dr. Hans-Peter Jöhren (re.) und Onkologe Dr. Michael Brandt. fobo-Bild: eb-en

Knochenmehl für den Kiefer

Augusta-Zahnklinik: Innovative Technik für Implantate

Man nehme gemahlenen Rinderknochen, vermenge ihn mit dem eigenen Knochenmark aus der Hüfte – und setze das Ganze in den Ober- oder Unterkiefer ein. Was wie das Rezept für ein sicherlich wenig schmackhaftes Gericht klingt, dient dennoch der Ernährung: In der Zahnklinik der Augusta-Kranken-Anstalt gelingt es mit dieser innovativen Technik, den Kieferknochen so zu erweitern, dass man dort wieder Zahnimplantate verankern kann.

„Kein Knochen, kein Implantat." Dieser Satz galt lange in der zahnärztlichen Implantologie, denn schließlich müssen die Implantate, die später „die Dritten" tragen sollen, irgendwo hineingeschraubt und befestigt werden. Ohne reichlich Knochen im Kiefer war dies bisher nur dann möglich, wenn eigener („autologer") Knochen, z.B. aus der Hüfte, zum Ober- oder Unterkiefer transplantiert wurde. In der Zahnklinik der Augusta-Kranken-Anstalt geht Prof. Dr. Hans-Peter Jöhren nun ganz andere Wege, die auf den ersten Blick etwas verrückt wirken: Er hat große Erfolge mit dem oben beschriebenen „Mix".

Mehl aus Rinderknochen

Die Methode ist keineswegs bizarr oder ins Reich der Fabel zu verweisen. „Wir verwenden hoch reine Extrakte aus gemahlenen Rinderknochen, die wir mit einem Zellextrakt aus dem Knochenmark z.B. aus der Hüfte des Patienten vermengen", erklärt Prof. Jöhren, der jährlich rund 800 Implantate setzt. „Jede dritte Behandlung ist mit einer sogenannten Augmentation, einer Erweiterung, einem Neu-Aufbau des Kieferknochens verbunden."

Methode bereits bei einem Dutzend Patienten angewandt

Ein gutes Dutzend Patienten hat der erfahrene Implantologe bereits mit der neuen Methode behandelt und kann feststellen, „dass dies eine sowohl verträgliche als auch Erfolg versprechende Technik ist, den Kieferknochen so zu erweitern, dass man dort Implantate verankern kann." Mehr als 50 Zahnärzte aus der Region hatten kürzlich großes Interesse an einer Fortbildung zu diesem Thema in der Augusta-Zahnklinik. „Das Verfahren stammt aus der Traumatologie", erklärt Onkologe Michael Brandt, der als Oberarzt auf der operativen Seite im Augusta mit der Zahnklinik zusammenarbeitet. „Es wird an nur ganz wenigen Zentren in Deutschland auch in der Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie angewendet."

Ohne Entnahme von großen Knochenblöcken

Zu dieser neuen Augmentationstechnik gibt es bereits 39 Studien, die allesamt Gutes verheißen für jene Menschen, die jahrelang herausnehmbaren Zahnersatz getragen haben. „Der Knochen bildet sich bei diesen Patienten immer weiter zurück", so Prof. Jöhren. „Wir können ihn mit der neuen Methode jetzt ohne die Entnahme von großen Knochenblöcken wieder aufbauen. Die Methode ist schonender und der Eingriff ist häufig ohne stationären Aufenthalt möglich". **eb-en**

BLB-Niederlassungsleiter Helmut Heitkamp, Bochums Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz, Prof. Dr. Anne Friedrichs (Präsidentin der Hochschule für Gesundheit), Staatssekretärin Marlis Bredehorst (NRW-Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter), NRW-Wissenschaftsministerin Svenja Schulze und Arndt Winterer (Leiter des Landeszentrums Gesundheit NRW; im Bild rechts hinten) legten gemeinsam den Grundstein für den Neubau der Hochschule für Gesundheit auf dem Gesundheitscampus NRW (im Bild von links nach rechts). Foto: hsg

Perspektiven für die Gesundheitsversorgung von Morgen

Landeszentrum Gesundheit NRW entwickelt mit Partnern neuartige Konzepte

Die Konturen des Gesundheitscampus in Bochum werden von Tag zu Tag deutlicher: Das gilt nicht nur auf dem BioMedizinPark Bochum für die bereits gut sichtbaren Bauten des Kompetenzzentrums für Gesundheitsfachberufe, der Aesculap-Akademie und des Zentrums für Naturmedizin. Sondern auf der anderen Straßenseite wächst jetzt auch der Rohbau der Hochschule für Gesundheit jeden Tag weiter in die Höhe.

Anders als ursprünglich erwartet, lässt sich das Hochhaus West zwar nicht sanieren und muss durch einen weiteren Neubau ersetzt werden. Aber auch dafür laufen die Planungen auf Hochtouren. In gewisser Weise ist gleichwohl auch hier die Zukunft bereits greifbar. Denn seit Anfang des Jahres ist das Strategiezentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen, das bereits in Bochum platziert war, gemeinsam mit dem Aufgabenbereich „Öffentliches Gesundheitswesen“ des bisherigen Landesinstituts für Gesundheit und Arbeit NRW in dem neuen Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen (LZG.NRW) aufgegangen.

Umzug von Münster und Bielefeld

Die rund 130 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind zurzeit noch überwiegend in Münster und Bielefeld tätig. Für 2016 ist aber der Umzug auch dieser Standorte auf den Gesundheitscampus in Bochum geplant. Nur die Arzneimitteluntersuchungsstelle wird in Münster verbleiben.

Im LZG.NRW verbinden sich zwei große Aufgabenbereiche. Zum einen unterstützt es als fachliche Leitstelle die Landesregierung und die Kommunen in allen gesundheitlichen Fragen. Dazu gehören insbesondere die Themenbereiche Epidemiologie, Prävention und Gesundheitsförderung, die Bekämpfung übertragbarer Krankheiten sowie Fragen der Hygiene, der Arzneimittelsicherheit und der Sozialpharmazie. Die fortlaufende Gesundheitsberichterstattung, gesundheitsbezogene Analysen und die Aufgaben als Arzneimitteluntersuchungsstelle des Landes runden das Spektrum ab.

Zum anderen befasst sich das LZG.NRW in der Nachfolge des Strategiezentrums Gesundheit mit der Entwicklung neuer gesundheitsbezogener Versorgungsstrukturen, es nimmt das landeszentrale Clusterma-

nagement für die Gesundheitswirtschaft wahr und es entwickelt den Gesundheitscampus NRW.

Ziel des Gesundheitscampus NRW ist, dass alle Bürgerinnen und Bürger in NRW auch in Zukunft auf eine qualitativ hochwertige, flächendeckend bedarfsgerechte medizinische und pflegerische Versorgung vertrauen können. Das ist keineswegs selbstverständlich. Denn mit der Alterung unserer Gesellschaft werden die medizinisch-pflegerischen Bedarfe sich verändern und zunehmen. Dem wachsenden Personalbedarf wird aber eine sinkende Zahl erwerbsfähiger Personen gegenüberstehen. In den heutigen Strukturen lässt sich diese scherenartige Entwicklung nicht bewältigen. Neue, zukunftsfeste Strukturen erfordern vielmehr eine gemeinsame Anstrengung von Versorgung, Wissenschaft und Wirtschaft, über die vielen Brüche und Grenzen zwischen den Systemen und Beteiligten hinweg. Dazu will der Gesundheitscampus NRW beitragen.

Animation des zukünftigen Gesundheitscampus NRW. Foto: Léon Wohlhage Wernik Architekten

Kräfte in Bochum bündeln

Für diese landesweite Initiative ist und bleibt Bochum ein besonderer Ort, weil die Landesregierung dort eigene Kräfte mit denen wichtiger gesundheitspolitischer Partner bündelt. Dazu gehören neben dem LZG.NRW die Hochschule für Gesundheit (hsg), das Landesinstitut für Arbeitsgestaltung NRW (LIA.NRW), das Epidemiologische Krebsregister NRW, das Zentrum für Telematik im Gesundheitswesen und das regionale Gesundheitswirtschaftsnetzwerk MedEcon Ruhr. Hinzu gekommen sind zwischenzeitlich bereits die Patientenbeauftragte des Landes, der Landeskoordinator Bildung und Gesundheit NRW sowie das Kompetenzzentrum Frauen und Gesundheit.

Das LZG.NRW betreibt die Entwicklung des Gesundheitscampus mit eigenen Analysen, der Förderung von Gutachten, Forschungsprojekten, Modellprojekten oder ihrer landesweiten Adaptionen. Mindestens ebenso wichtig wie die projektbezogene Bereitstellung von Ressourcen ist es aber, die Innovationskultur im Gesundheitssektor zu stärken und Partner für Innovationen zusammenzubringen.

Profilschwerpunkt „Qualifizierung"

Dabei stehen drei Themen im Mittelpunkt: Die Entwicklung demografiefester Versorgungsstrukturen, die nutzerorientierte Unterstützung von E-Health und medizinischer Informationstechnik und die Sicherung des Fachkräftebedarfs.

Die Campusentwicklung setzt dabei konsequent auf eine Kultur der Partnerschaft. Für den Gesundheitscampus in Bochum öffnet dies zum Beispiel bei der Sicherung von Fachkräften große Chancen. Mit der Hochschule für Gesundheit und dem Landesinstitut für Arbeitsgestaltung sind die Themen Arbeitswelt im Gesundheitssektor und neue Berufsabschlüsse in nicht-ärztlichen Heilberufen bereits prominent im Konzept des Gesundheitscampus NRW vertreten. Das LZG.NRW selbst wird hierzu einen neuen Arbeitsschwerpunkt aufbauen. Im Zusammenspiel mit der Aesculap Akademie, dem Kompetenzzentrum für Gesundheitsfachberufe auf dem benachbarten BioMedizinPark Bochum und der Karriere- und Ausbildungsmesse JOBMEDI in Bochum wächst so ein Profilschwerpunkt „Qualifizierung", der ein unverzichtbarer Baustein für ein demografiefestes Gesundheitssystem ist.

medlands.RUHR
Der Gesundheitsstandort Bochum

medlands.RUHR – Raum für neue Ideen
Wir bieten Unternehmen der Gesundheitswirtschaft in Bochum einen maßgeschneiderten Rahmen für innovative Forschung, Produktentwicklung und Dienstleistung.

Unsere Leistungen:
- Technologiemanagement
- Netzwerkmanagement
- Flächenberatung
- Gründungsunterstützung

www.medlands-ruhr.de

medlands.RUHR – Eine Initiative der Wirtschaftsförderung Bochum und der Entwicklungsgesellschaft Ruhr-Bochum mbH

Zähne gut – (fast) alles gut!

Prophylaxe ist ein wichtiger Bestandteil für dauerhafte Zahnerhaltung

Dass Zvonimir Soldo, einst Trainer des Fußballbundesligisten 1. FC Köln, seine Profikicker innerhalb des obligatorischen Sport-Gesundheits-Checks erst einmal zum Zahnarzt geschickt hat, ist eher die Ausnahme. Herz-/Kreislauf-Untersuchungen, Orthopädische Gutachten, Laktattests und Laufanalysen gehören eher zu den regelmäßigen sportmedizinischen Untersuchungen.

Dabei kann gerade ein Blick auf den Zustand von Zähnen und Zahnfleisch gesundheitliche Risiken aufdecken. Denn: An jedem Zahn hängt ein ganzer Mensch. Jeder einzelne Zahn ist so vielfältig mit der Mundschleimhaut, mit dem Knochengerüst, mit dem Blutkreislauf des Menschen verwoben, dass es „sehr innige Beziehungen" zwischen dem gibt, was in der Mundhöhle geschieht, und dem, was sich in anderen Bereichen des Körpers abspielt.

Der Mund ist ein Spiegelbild des Befindens. Zahlreiche Krankheiten machen sich durch Veränderungen in der Mundhöhle bemerkbar. Es gibt eine ganze Reihe von inneren Erkrankungen, deren Symptome ein erfahrener Zahnarzt in der Mundhöhle wiederfinden kann.

Erhöhtes Krankheitsrisiko

Umgekehrt können Kariesbakterien sowie Zahnfleischerkrankungen auch negative Auswirkungen auf innere Organe haben und sind zusätzliche Risikofaktoren für lebensbedrohliche Krankheiten. Herzinfarkt oder Schlaganfälle können durch kranke Zähne oder entzündetes Zahnfleisch ebenso hervorgerufen werden wie Diabetes. Das Risiko von Frühgeburten ist bei einer unbehandelten Zahnfleischentzündung sogar um das Siebenfache erhöht.

Deshalb sollte schon bei der Planung einer Schwangerschaft eine rechtzeitige und gründliche zahnärztliche Untersuchung zum Vorsorgeprogramm gehören. Auch während der Schwangerschaft ist es erforderlich, verstärkt auf die Mundgesundheit zu achten, da es infolge der hormonellen Ausnahmesituation zu entzündlichen Zahnbettveränderungen kommen kann. Der bis heute noch existierende Volksglaube: „Jede Schwangerschaft kostet die Frau einen Zahn" ist unter Berücksichtigung herkömmlicher Mundhygienemaßnahmen allerdings schon lange nicht mehr gültig.

Weil die Weichen für die Zahngesundheit bereits in den ersten Lebensjahren gestellt werden und die Milchzähne das Fundament für ein gesundes Gebiss bilden, ist auch für Kinder die richtige Pflege ein Muss und der erste Zahnarztbesuch sollte durchaus mit drei oder vier Jahren erfolgen.

Richtige Pflege bei Kindern

Zumal die ersten Zähne nicht nur bis zu zwölf Jahre lang als Kauwerkzeug funktionieren sollen, sondern auch immense Bedeutung für die Sprachentwicklung haben und wichtige Platzhalterfunktionen erfüllen. Die frühe Zahnpflege und die richtige Ernährung können die Risikofaktoren minimieren.

Regelmäßige Untersuchungen

Voraussetzung für gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch ist die Kombination der wichtigsten Prophylaxe-Bausteine: regelmäßige häusliche Zahnpflege, alle sechs Monate eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt und die professionelle Zahnreinigung (PZR).
Mit regelmäßiger Vorsorge bleiben Zähne und Zahnfleisch dauerhaft gesund – und schädliche Auswirkungen auf den Organismus können rechtzeitig verhindert werden. Ein grundlegender Bestandteil der Prophylaxe ist die tägliche Zahnpflege. Dabei sollten neben einer Zahnpasta mit Fluorid und Wirkstoffen gegen Plaquebakterien auch Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten zur Säuberung verwendet werden.

Kontrolle beim Zahnarzt

Zur optimalen Vorsorge gehört auch risikoabhängig alle sechs Monate eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt. Denn nur der Profi erkennt Krankheiten rechtzeitig und kann kleinere Schäden am Zahn oder Zahnfleisch noch frühzeitig beseitigen.

Der dritte Prophylaxe-Baustein ist die professionelle Zahnreinigung (PZR). Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass die PZR in der Zahnarztpraxis die ideale Ergänzung ist, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu halten, wenn sie, in Abhängigkeit vom individuellen Erkrankungsrisiko, regelmäßig durchgeführt wird. Denn häusliche Zahnpflege allein reicht selten aus, um wirklich alle bakteriellen Beläge von den Zähnen und vor allem aus den Zahnzwischenräumen zu entfernen. **aschro**

Die richtige Zahnpflege ist wichtig für eine dauerhafte Zahngesundheit. Die Basis dafür wird bereits im Kindesalter gelegt. fobo-Bild: Molatta

Betriebliche Gesundheitsförderung

Unternehmen unternehmen Gesundheit – Projekte zahlen sich aus

Einen großen Teil unseres Lebens verbringen wir am Arbeitsplatz und treffen dort auf Arbeitsbedingungen, die je nach Ausprägung positiv oder negativ auf die Gesundheit wirken können. Ungünstige Arbeitsbedingungen führen nicht nur zu körperlichen Beschwerden bei den Beschäftigten, sie bergen auch Risiken für die psychische Gesundheit. Was liegt also näher, als dafür zu sorgen, unser Arbeitsumfeld so zu gestalten, dass es für den Erhalt unserer Gesundheit förderlich ist?

Viele Firmen haben dies für sich bereits erkannt. Sie haben die Gesundheitsförderung zu einer Managementaufgabe in ihren Betrieben gemacht. Häufig sind es die kleinen und mittleren Unternehmen, die die Möglichkeiten der betrieblichen Gesundheitsförderung noch nicht ausreichend nutzen. Der Grund ist ebenso einfach wie nachvollziehbar. Sie haben oft nur wenig Mitarbeiter und einen begrenzten Gestaltungsspielraum. Dennoch steht fest: Investitionen in die Gesundheitsförderung der Mitarbeiter, gerade auch von kleinen und mittleren Betrieben, sind immer Investitionen in die Zukunft unserer Gesellschaft.

Krankenkassen als Ansprechpartner

Gesunde Beschäftigte in gesunden Unternehmen ist ein Ziel, an dem sich alle im Betrieb beteiligen können. Sowohl die Unternehmensleitung als auch die Beschäftigten, sowohl die Betriebs- und Personalräte als auch die Betriebs- und Werksärzte.

Wichtige Ansprechpartner sind die gesetzlichen Krankenkassen, denn sie verfügen über das Wissen und können Betrieben die notwendigen Informationen zur Verfügung stellen, damit ihnen der Schritt zur Gesundheitsförderung im eigenen Unternehmen gelingt.

Die Kampagne „Unternehmen unternehmen Gesundheit“ des Bundesministeriums für Gesundheit belegt: Schon heute wird betriebliche Gesundheitsförderung in vielen Betrieben vorbildlich umgesetzt. Projektbeispiele aus den einzelnen Bundesländern zeigen, dass auch in kleineren Betrieben viel für die Gesundheit der Beschäftigten getan werden kann.

In den vergangenen Jahren hat die betriebliche Gesundheitsförderung zunehmend größeres Interesse gefunden, da sie ein geeignetes Mittel ist, auf die gesundheitlichen Beanspruchungen der Beschäftigten und veränderten psychischen Belastungen, zum Beispiel durch den zunehmenden Umgang mit Informations- und Kommunikationstechnologien sowie Zeitdruck, angemessen zu reagieren.

Um die Gesundheit, die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Beschäftigten zu fördern, werden Arbeitsmittel, Arbeitsumgebung, Arbeitszeit, Arbeitsorganisation, Sozialbeziehung, individuelle Anpassungen und unterstützendes Umfeld einbezogen. Sinnvoll ist es, darüber hinaus auch die Lebenssituation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Sinne der Work-Life-Balance zu berücksichtigen.

Die betriebliche Gesundheitsförderung ist ein wesentlicher Baustein des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Sie umfasst die Bereiche des Gesundheits- und Arbeitsschutzes, des betrieblichen Eingliederungsmanagements sowie der Personal- und Organisationspolitik. Sie schließt alle im Betrieb durchgeführten Maßnahmen zur Stärkung der gesundheitlichen Ressourcen ein.

➤ Weitere Infos gibt es beim Bundesgesundheitsministerium: www.bmg.bund.de

Krebs: Die Zeichen frühzeitig erkennen

Wichtig: Vorsorgeuntersuchungen

In Deutschland erkranken jedes Jahr etwa 436.000 Menschen neu an Krebs, 211.000 Menschen sterben daran. Die gesetzlichen Krebs-Früherkennungsuntersuchungen haben das Ziel, Tumoren in möglichst frühen Entwicklungsstadien aufzuspüren. Denn früh erkannt sind Brust-, Darm-, Haut-, Gebärmutterhals- und Prostatakrebs meist gut heilbar. Frühe Krebsstadien lassen sich außerdem schonender behandeln als Stadien, in denen bereits Tochtergeschwülste entstanden sind.

Prävention und Aufklärung

In Bochum hat sich der 2010 gegründete Verein „Aktiv gegen Brustkrebs e.V.“ vor allem Prävention und Aufklärung auf die Fahnen geschrieben. „Wir wollen darauf aufmerksam machen“, so die Vorsitzende Marina Grochowski, „welch große Rolle der Sport präventiv und im Heilungsprozess von Brustkrebserkrankungen spielt und die Frauen zu mehr sportlicher Aktivität motivieren.“ Große Studien beweisen, dass regelmäßige sportliche Aktivität das individuelle Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, um 30 % senkt.

„Regelmäßige sportliche Betätigung“, ergänzt Priv.-Doz. Dr. Gabriele Bonatz, die Chefin der Frauenklinik und des Brustzentrums Augusta, „kann dabei helfen, das Wiederaufflammen der Brustkrebserkrankung zu verhindern.“ Der Verein hat mit dem Brustzentrum Augusta ein Kursprogramm für betroffene Frauen entwickelt, das sie darin unterstützen soll, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Selbstverantwortung für den Gesundungsprozess zu übernehmen.

Prof. Dr. Dirk Behringer, Chefarzt der Klinik Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am Augusta
fobo-Bild: eb-en

Prof. Dr. Dirk Behringer, Chefarzt der Klinik Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am Augusta sowie Chef des Onkologischen Zentrums, verweist natürlich insbesondere auf die Vorsorgeuntersuchungen: „Dabei wird gezielt nach frühen Zeichen von Krebserkrankungen gesucht, die in diesen Stadien oft heilbar sind.“

Im Frühstadium oft heilbar

Von den Krankenkassen werde eine Vielzahl an Krebsvorsorgeuntersuchungen angeboten, bei Frauen ab einem Alter von 20 Jahren, bei Männern ab 35 Jahren. Dabei schauen die Ärzte nach den häufigsten Krebsarten wie Brust- und Gebärmutterhalskrebs bei den Frauen, Prostatakrebs bei den Männern wie auch Darm- und Hautkrebs. „Alle, wirklich alle“, so Behringer eindringlich, „sollten diese Möglichkeiten wahrnehmen.“ Mit einer gesunden Lebensweise könne man seinem Körper grundsätzlich Gutes tun – und damit auch etwas gegen das Entstehen von Krebs. **eb-en**

Früherkennung von Krebs

Seit dem 1. Januar 2008 sind die Krankenkassen verpflichtet, ihre Versicherten zu Beginn eines Kalenderjahres über alle Früherkennungsmaßnahmen zu informieren. Zudem entwickeln sie für den Nachweis der Beratung einen einheitlichen Präventionspass. Hier ein Überblick über die Krebsvorsorgeangebote der Gesetzlichen Krankenversicherungen:

Genitaluntersuchung

Zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs, jährlich bei Frauen ab dem 20. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion des Muttermundes, Krebsabstrich und zytologische, Untersuchung (Pap-Test), gynäkologische Tastuntersuchung, Befundmitteilung mit anschließender Beratung.

Brustuntersuchung

Zur Früherkennung von Brustkrebs, jährlich bei Frauen ab dem 30. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten, einschließlich der ärztlichen Anleitung zur Selbstuntersuchung, Beratung über das Ergebnis.

Hautkrebs-Screening

Zur Früherkennung von Hautkrebs; Malignes Melanom („schwarzer Hautkrebs“), Basalzellkarzinom und Spinozelluläres Karzinom (beide „weißer Hautkrebs“), alle zwei Jahre ab dem 35. Lebensjahr. Das Screening soll, wenn möglich, in Verbindung mit der zweijährlichen Gesundheitsuntersuchung („Check-up“) durchgeführt werden und umfasst: gezielte Anamnese, visuelle, standardisierte Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes und aller Körperhautfalten, Befundmitteilung mit anschließender Beratung. Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt die weitere Abklärung durch Fachärzte für Haut- und Geschlechtskrankheiten.

Prostata-/Genitaluntersuchung

Zur Früherkennung von Prostatakrebs, jährlich bei Männern ab dem 45. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion und Abtasten des äußeren Genitales, Tastuntersuchung der Prostata, (vom Enddarm aus), Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten, Befundmitteilung mit anschließender Beratung.

Dickdarm- und Rektumuntersuchung

Zur Früherkennung von Darmkrebs, jährlich ab einem Alter zwischen 50 und 54 Jahren. Die Untersuchung umfasst: gezielte Beratung, Guajak-Test (gFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl.

Darmspiegelung

Zur Früherkennung von Darmkrebs, ab dem 55. Lebensjahr zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren. Die Untersuchung umfasst: gezielte Beratung, zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren oder Guajak-Test (gFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre.

Mammographie-Screening

Zur Früherkennung von Brustkrebs, alle zwei Jahre für Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren. Das Screening umfasst: schriftliche Einladung in eine zertifizierte Screening-Einheit, Information (Merkblatt) mit der Einladung, schriftliche Anamnese, Röntgen beider Brüste (Mammographie), Doppelbefundung der Röntgenaufnahmen durch zwei unabhängige Untersucher, Befundmitteilung innerhalb von sieben Werktagen. Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt eine Einladung zur weiteren diagnostischen Abklärung. Dies veranlasst die jeweilige Screening-Einheit.

Darmkrebs: Gefährliches Tumorgewebe zielgenau entfernen

Bergmannsheil erforscht Spezial-Farbstoff zur Tumorgewebe-Erkennung

Gefährliches Tumorgewebe bei Darmkrebspatienten noch zielsicherer erkennen und entfernen – darum geht es bei einem neuen Forschungsprojekt des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil. Das Forscherteam der Abteilung für Viszeralchirurgie (Leitung: Prof. Dr. Richard Viebahn) nutzt dabei einen speziellen Farbstoff: Damit lassen sich gefährliche Lymphknoten, die die Bildung von Metastasen oder Tochtergeschwulsten befördern können, während der Operation einfärben, mit einer Spezialkamera sichtbar machen und schließlich zielgenau entfernen. Eine klinische Studie soll nun die Wirksamkeit des neuen Verfahrens klären.

Darmkrebs besser therapieren: Studienleiter Dr. Siegfried Shah (links) bei der Bildauswertung. Potenziell befallene Lymphknoten werden während der Operation mit einem Farbstoff und einer Spezialkamera sichtbar gemacht. fobo-Bilder: V. Daum / Bergmannsheil

Befallene Lymphknoten verschlechtern die Prognose

Der Dickdarm- beziehungsweise Enddarmkrebs ist eine der häufigsten Krebserkrankungen beim Menschen. Eine besondere Gefahr für den Patienten entsteht dann, wenn die Tumorzellen in andere Organe gelangen und sie hier Metastasen oder Tochtergeschwulste bilden. Einer dieser Transportwege für die bösartigen Tumorzellen verläuft über die Lymphknoten: Diese Filterstationen gehören zum Immunsystem, sie finden sich entlang der Blutgefäße und sind mit bloßem Auge kaum zu erkennen. Lymphknoten, die möglicherweise von Tumorzellen befallen sind, werden üblicherweise bei der Operation von Dick- oder Enddarmtumoren mit erfasst. Dazu werden neben dem befallenen Darm auch die Gefäße, die den Dickdarm versorgen, mitsamt dem anhängenden Fettgewerbe entfernt: Denn darin verlaufen die Blutgefäße und Lymphknoten.

Kritische Lymphknoten während der Operation sichtbar machen

„Weil die möglicherweise kritischen Lymphknoten während der Operation kaum zu erkennen sind, suchen wir nach einem Weg, sie für den Chirurgen sichtbar zu machen, damit die Lymphknoten um die Tumorregion herum auch tatsächlich vollständig erfasst werden können“, erläutert Projektleiter Dr. Siegfried Shah, Oberarzt der Abteilung für Viszeralchirurgie. Dazu nutzen die Ärzte einen speziellen Farbstoff: Er wird während der Operation in die Tumorregion eingebracht. Dadurch werden die Lymphstraßen und Lymphknoten sichtbar, wenn sie mit einem speziellen Kamerasystem fokussiert werden. Der Operateur kann die Bilder in Echtzeit auf dem Monitor auswerten und die potenziell befallenen Lymphknoten entfernen. Nach der Entnahme des Tumors können die Ärzte überprüfen, ob alle Lymphknoten erfasst wurden.

Zielgenauer operieren und therapieren

„Mit dem neuen Verfahren könnten Patienten mit Darmkrebs künftig noch zielgenauer operiert werden“, so Dr. Shah. „Auch die weiteren therapeutischen Maßnahmen ließen sich möglicherweise noch besser planen.“ Sind die entnommenen Lymphknoten nachweislich befallen, so könne im Anschluss an die Operation eine Chemotherapie durchgeführt werden, die das Risiko einer Rückkehr des Tumors verringere. Das Studienprojekt ist angelegt auf eine Laufzeit von maximal zwei Jahren und wird unterstützt von der Forschungsförderung der Medizinischen Fakultät der Ruhr-Universität Bochum (FoRUM).

Robin Jopp

➤ Info: Darmzentrum Ruhr

Die Abteilung für Viszeralchirurgie im Bergmannsheil gehört zum Darmzentrum Ruhr. Zum Darmzentrum zählen außerdem: das Bochumer Knappschaftskrankenhaus und das St. Josef-Hospital; das Castrop-Rauxeler St. Rochus-Hospital; das Dortmunder St.-Josefs-Hospital und das Medizinische Zentrum sowie das Katholische Krankenhaus Dortmund-West.
Die im Darmzentrum Ruhr verbundenen Kliniken sichern eine optimale, strikt an wissenschaftlichen Leitlinien ausgerichtete Behandlung von Darmkrebspatienten. Als bundesweit erste Einrichtung ihrer Art ist das Darmzentrum Ruhr bereits im Jahr 2006 zertifiziert worden und gilt damit als „Darmzentrum mit Empfehlung der Deutschen Krebsgesellschaft e.V.“. Nähere Informationen gibt es im Internet unter
➤ www.darmzentrum-ruhr.de.

ANZEIGE

Frank-Dagobert Müller und Team am neuen, größeren Firmengelände am Wallbaumweg in Langendreer.

Bekannte Firma, bekannter Name, bewährte Qualität

Diesem Mann ist sein Beruf quasi in die Wiege gelegt worden. Urgroßvater, Großvater, Vater … – Frank-Dagobert Müller lebt und liebt das Dachdeckerhandwerk in vierter Generation und war als ältester Sohn über 30 Jahre im väterlichen Betrieb in Langendreer tätig.

Tradition startet neu durch

Jetzt, da sich die Altfirma nur noch verwaltungstechnischen Aufgaben widmet, führt der Dachdeckermeister die Familientradition im eigenen Unternehmen erfolgreich fort. Dabei kann Frank-Dagobert Müller nicht nur auf die eigenen Stärken, sondern auch auf die Erfahrung des ›alten‹ Personalstamms bauen, das gemeinsam mit ihm im neuen Betrieb noch einmal begeistert durchstartet: geballte Kompetenz rund um das Thema Bedachung – vom Kleinstauftrag bis zum Großprojekt.

Flach-, Spitz- oder Walmdach, Solaranlagen und Photovoltaik, Dämmung und Energiesparmaßnahmen, aber auch Fassaden, Dachbegrünung sowie Klempnerarbeiten.

Spezialist für Naturschiefer

»Wir führen alle Arbeiten oberhalb der letzten Geschossdecke durch«, erzählt der geprüfte Sachverständige für das Bauhandwerk. Dabei liegt ihm neben der fachlichen Kompetenz vor allem eines am Herzen: »Wir halten ein, was dem Kunden versprochen wurde!«
Ein besonderes Spezialgebiet ist die Ausführung von Arbeiten mit Naturschiefer: »Aus der Erde geschlagen bis aufs Dach!
Schiefer ist eine dekorative und langlebige Art der Dach- und Wandeindeckung mit jahrhundertelanger Tradition«, erläutert der Fachdozent für Schieferarbeiten an der Handwerkskammer Dortmund. »Manche Unternehmen bieten das gar nicht mehr an!«

Schwerpunkt Schimmelbekämpfung

Eine weitere Kernkompetenz bildet die Bekämpfung von Schimmel. »Ein brisantes Thema, für Mieter und Vermieter gleichermaßen«, weiß Frank-Dagobert Müller.
»Allzu schnell heißt es da ›falsch gelüftet‹ oder ›unsachgemäß gedämmt‹. Wir gehen den Ursachen für Schimmelbildung präzise auf den Grund, beispielsweise mit Langzeitmessgeräten, die den Temperaturverlauf in der Wohnung minutiös aufzeichnen und Aufschluss über Verursachung und Behebung geben.
Schließlich möchten wir, dass Sie sich unter Ihrem Dach geborgen, zu Hause und wohl fühlen.«

FRANK-DAGOBERT MÜLLER
DACHDECKERMEISTER

Für Ihr Dach… egal ob steil oder flach

Frank-Dagobert Müller Dach-Wand-Abdichtungs GmbH & Co KG
Tel. 02 34 / 9 27 88 44-8 +++ Mobil 0 15 78/ 27 27 707
www.dagobert-mueller.de

Was passiert mit meinem Ersparten?

Sparkasse Bochum informierte zum Thema Pflege und Vermögen

Die Themen Vorsorge und Pflege bewegen viele Bochumer, das zeigte das große Interesse an einer Veranstaltungsreihe der Sparkasse Bochum. In den Vorträgen „Der Pflegefall. Wie schützen Sie Ihr Vermögen und das Ihrer Angehörigen?" und „Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen" informierten Gerhard Jussen und die Juristin Ingeborg Heinze lebensnah und durchaus humorvoll.

Wie dringlich und ernsthaft die Themen sind, wurde den Besuchern bei der Präsentation verschiedener Bochumer Pflegeeinrichtungen bewusst, in denen die Anbieter über Angebot, Tagesablauf der Bewohner und Pflegesätze informierten.

Christian Halfmann, stellvertretender Sparkassen-Geschäftsstellenleiter in Riemke, beschäftigt sich seit langem intensiv mit dem Thema Vorsorge: „Wir haben den Kundenabend zu diesen Themen ganz bewusst nach zahlreichen Anfragen aus unserer Kundschaft angeboten, denn die Frage, was mit dem Ersparten passiert, wenn ein Ehepartner in Pflege kommt, verunsichert viele Kunden." Auch generationenübergreifende Sorgen hört der Sparkassenberater regelmäßig: Gibt es Mittel und Wege, die Kinder im Falle meiner Pflegebedürftigkeit finanziell zu schützen? „Jeder, der zum Beispiel Wohneigentum oder Kinder hat, tut gut daran, sich mit diesen Fragen zu beschäftigen und zu entscheiden, was im Falle eines Falles passieren soll", sagt Christian Halfmann.

Christian Halfmann ist stellvertretender Leiter der Sparkassen-Geschäftsstelle Riemke.

Die Sparkasse Bochum lässt ihre Kunden mit ihren Sorgen nicht allein. Gemeinsam mit den Referenten hat das Kreditinstitut Vordrucke entwickelt, die umfassende rechtssichere Unterstützung bieten: Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten und Kontovollmachten kann jeder Kunde so für sich festlegen. „Außerdem führen wir nach dem Themenabend regelmäßig Beratungsgespräche mit Kunden, die sich zum Thema Pflegeversicherung informieren wollen", berichtet Christian Halfmann. Insgesamt gelte hier: „Je früher man anfängt, um so kostengünstiger ist die Versicherung."

Gerhard Jussen informiert zum Thema „Der Pflegefall. Wie schützen Sie Ihr Vermögen und das Ihrer Angehörigen?". Sein Vortrag sorgte auch in der Sparkassen-Geschäftsstelle Karl Friedrich für großes Interesse.

fobo-Bilder: Spk

Vorsorge für den Nachwuchs

Früherkennungsuntersuchungen bei Kindern sind wichtig für die Entwicklung

Kinder spielen gerne Arzt. Und gründliche medizinische Untersuchungen sind wichtig. Das wissen diese beiden aus den Früherkennungsuntersuchungen beim Kinderarzt. fobo-Bild: AOK

Die Früherkennungsuntersuchungen U1 bis U9 sowie J1 können ein wichtiger Baustein zur gesunden kindlichen Entwicklung sein. Gerade in den ersten Lebensjahren machen Kinder gewaltige Entwicklungsschritte. Es ist wichtig, dass bei den „U"-Untersuchungen der allgemeine Gesundheitszustand und die altersgemäße Entwicklung eines Kindes regelmäßig ärztlich überprüft werden. So können mögliche Probleme oder Auffälligkeiten frühzeitig erkannt und behandelt werden. Wir geben Ihnen einen Überblick über die Vorsorgeuntersuchungen vom Neugeborenen bis zum Jugendlichen:

U1 – Neugeborenen-Erstuntersuchung

Unmittelbar nach der Geburt. Kontrolle von Hautfarbe, Atmung, Muskeltätigkeit, Herzschlag und Reflexen; Betrachten von Fontanelle, Augen, Nase, Mund, Wirbelsäule, Extremitäten und Gelenken. Erweitertes Neugeborenen-Screening: 2. bis 3. Lebenstag, Früherkennung von angeborenen Stoffwechseldefekten und endokrinen Störungen. Neugeborenen-Hörscreening bis zum 3. Lebenstag: Hörscreening zur Erkennung beidseitiger Hörstörungen ab einem Hörverlust von 35 Dezibel

U2 – zwischen dem 3. und 10. Lebenstag

Untersuchung aller Organe, des Reflexverhaltens und der Ausbildung des Hüftgelenks sowie ein Test auf Stoffwechsel- und Hormonstörungen.

U3 – in der 4. bis 5. Lebenswoche

Prüfung der altersgemäßen Entwicklung der Reflexe, der Motorik, der Hörfähigkeit, des Gewichts und der Reaktionen, Untersuchung der Organe, Abfrage des Trink-, Verdauungs-, Schlafverhaltens, Untersuchung der Hüftgelenke auf Hüftgelenksdysplasie und -luxation

U4 – 3. bis 4. Lebensmonat

Untersuchung der altersgerechten Entwicklung und Beweglichkeit des Säuglings, der Organe, Sinnesorgane, Geschlechtsorgane und der Haut, Untersuchung von Wachstum, Motorik und Nervensystem. Reaktionstest auf optische und akustische Reize. Außerdem werden meist die ersten empfohlenen Impfungen (Diphtherie, Tetanus, Haemophilus Influenzae (Hib), Hepatitis B, Kinderlähmung, Keuchhusten und Pneumokokken) vorgenommen.

U5 – im 6. bis 7. Lebensmonat

Kontrolle des altersgerechten Verhaltens, der motorischen Entwicklung, des Hör- und Sehvermögens. Untersuchung der Organe, Sinnesorgane, Geschlechtsorgane und der Haut.

U6 – im 10. bis 12. Lebensmonat

Untersuchung der Sinnesorgane und der geistigen Entwicklung. Geprüft wird auch, ob das Kind sitzen, krabbeln und stehen kann. Häufig erfolgen gleichzeitig weitere Impfungen.

U7 – im 21. bis 24. Lebensmonat

Tests der sprachlichen Entwicklung, der Feinmotorik und der Körperbeherrschung.

U7a – im 34. bis 36. Lebensmonat

Seit Juli 2008 gibt es eine zusätzliche Früherkennungsuntersuchung für Kinder im 34. bis 36. Lebensmonat. Damit wird die bisherige Untersuchungslücke zwischen dem zweiten und vierten Lebensjahr geschlossen und es gibt es zum ersten Mal eine Entwicklungskontrolle zum Zeitpunkt des Kindergarteneintritts. Der Schwerpunkt liegt auf der Sprachentwicklung, Verhaltensauffälligkeiten wie Schlafstörungen, Erkennung von Sehstörungen und sonstigen Auffälligkeiten werden ebenso überprüft wie die Vollständigkeit der Schutzimpfungen.

U8 – im 46. bis 48. Lebensmonat

Intensive Prüfung der Entwicklung von Sprache, Aussprache und Verhalten, Untersuchung von Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit, Reflexen, Muskelkraft und Zahnstatus.

U9 – im 60. bis 64. Lebensmonat

Prüfung der Motorik, des Hör- und Sehvermögens und der Sprachentwicklung, um eventuelle Krankheiten und Fehlentwicklungen vor dem Schuleintritt zu erkennen und gegenzuwirken. Zu diesem Zeitpunkt sollten außerdem die Auffrischungsimpfungen abgeschlossen sein.

J – im 12. bis 14. Lebensjahr

Gesundheitscheck vor Eintritt ins Jugendlichenalter. Untersuchung unter anderem auf Impfstatus, Haltung und Motorik, Blutdruck und Schilddrüse, Auf Fehlhaltungen, chronische Krankheiten, aber auch auf eventuelle Hautprobleme, Essstörungen wie Magersucht oder Übergewicht wird eingegangen sowie auffällige seelische Entwicklungen / Verhaltensstörungen, Schulleistungsprobleme und gesundheitsgefährdendes Verhalten (Rauchen, Alkohol- und Drogenkonsum). **aschro**

„Faule Kinder gibt es nicht“

Interview: Physiotherapeutin Iris von der Lippe über Bewegungsstörungen

Spezielle Vorsorgeuntersuchungen für Kinder, die sogenannten U-Untersuchungen, bilden in Deutschland ein engmaschiges Netz der Früherkennung von Krankheiten und Auffälligkeiten. Mitunter fallen jedoch Kinder durch die Maschen dieses Netzes, werden erste Anzeichen von Bewegungsstörungen übersehen. Was ist Eltern hier zu raten? Im Interview berichtet die Physiotherapeutin Iris von der Lippe von ihren Erfahrungen.

Intensive und wichtige Arbeit: Bettina Menzen, Physiotherapeutin im KinderAmbulanzZentrum des St. Josef-Hospitals, behandelt einen kleinen Jungen. fobo-Bild: Anja Micke

Frau von der Lippe, können frischgebackene Eltern überhaupt merken, wenn mit ihrem Kleinen etwas nicht stimmt?
Gewiss. Wenn das Kind zehn Tage nach der Geburt in Rückenlage den Kopf nicht in beide, sondern weiterhin nur in eine Richtung dreht, dann kann etwas nicht stimmen. Das ist ein kleines Warnzeichen. Es muss nichts Schlimmes sein, aber die Eltern sollten auf jeden Fall den Kinderarzt oder einen Therapeuten darauf ansprechen. Und sie dürfen dabei auch hartnäckig sein und sollten ihren eigenen Beobachtungen trauen.

Das hört sich an, als hätten Sie es häufig mit verunsicherten Eltern zu tun.
Das hat in den letzten Jahren sogar zugenommen. Es gibt eine natürliche Elternkompetenz, aber die geht oft verloren. Da wird dann eher den Großeltern des Kleinen, den Nachbarn oder dem Internet geglaubt – und zwar blind!

Gleichzeitig sind die Eltern achtsam?
Ich hatte neulich ein Kind hier, bei dessen Geburt zentrale Nerven des Arms geschädigt worden waren. Diese sog. Plexusparese war jedoch auch bei den U-Untersuchungen nicht erkannt worden. Die Eltern sagten mir, sie hätten schon gemerkt, dass ihr Kind einen Arm weniger als den anderen bewege. Aber alle hätten gesagt, das würde sich mit der Zeit geben. Man sieht: hier die richtige Beobachtung, dort das fehlende Vertrauen in die eigene Wahrnehmung.

Aber verlaufen Entwicklungen bei Kindern nicht individuell unterschiedlich?
Wenn ein Kind, das normalerweise nach sechs Monaten in der Lage sein muss, sich selbst von der Rücken- in die Bauchlage zu drehen, dies erst nach acht, neun Monaten schafft, lohnt ein genauer Blick. Vielleicht gibt es pathologische Ursachen. Oder nehmen Sie ein Kind, dass man vier Stunden auf die Krabbeldecke legen kann, und es liegt nach vier Stunden immer noch genauso da – dann stimmt etwas nicht. Es liegt wahrscheinlich eine muskuläre Hypotonie vor. Wenn ich dann aber höre: „Meine Schwiegermutter hat gesagt, Fritzchen sei ganz der Papa, der sei früher auch so faul gewesen“, dann werde ich lebhaft.

Was erwidern Sie dann?
Ich sage: Es gibt keine faulen Kinder! Es ist das Grundbedürfnis eines jeden Menschenkindes, seine Umwelt aktiv zu erfahren und zu begreifen. Das steckt in jedem Menschen von Geburt an. Und wenn es gesund ist, wird es bestimmte Entwicklungsphasen in einem recht engen Zeitfenster durchlaufen.

Im Fall einer Entwicklungsstörung: Kann Physiotherapie helfen?
Das hängt natürlich von der Störung ab. Aber grundsätzlich gilt: Je eher man mit der Physiotherapie einsetzt, desto größer die Erfolge. Und mitunter erzielen wir beachtliche Erfolge. Mir ist das Paar lebhaft in Erinnerung, das aus beruflichen Gründen nach Shanghai gezogen war. Dort bekam sie ihr Kind und merkte, mit dem Mädchen stimmt etwas nicht. Doch die Ärzte wiegelten ab. Sie kam dann zur Untersuchung extra nach Deutschland, und tatsächlich: Das Kind hatte eine Halbseitenlähmung. Wir haben dann intensiv therapiert, und endlich begann die Kleine zu laufen. Hätten wir nur ein halbes Jahr später mit der Therapie begonnen, könnte das Mädchen heute nicht laufen. **nir**

➤ Zur Person

Iris von der Lippe arbeitet als Physiotherapeutin in der Universitätskinderklinik im St. Josef-Hospital. Darüber hinaus ist sie ehrenamtlich stark engagiert: Sie ist geschäftsführender Vorstand der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet und setzt sich seit Ende der 1980er-Jahre intensiv für die Belange schwer und chronisch kranker sowie behinderter Kinder ein.

Forschung ist die beste Medizin

Deutsche Duchenne-Stiftung und benni & co führen Kampf gegen DMD

Der Kemnader Burglauf, organisiert von den Handballern des SV Teutonia Riemke, in Zusammenarbeit der Firma Blömeke Druck und dem Haus Kemnade, brachte bei seiner 7. Auflage über 15.000 Euro als Spende für die aktion benni & co. Alfred Schiske, Vorsitzender des SV Teutonia Riemke (l.) und Klaus-Georg Rump, Blömeke-Geschäftsführer (r.), überreichten im Beisein von Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz, Schirmherrin des Kemnader Burglaufs, den Scheck an benni & Co-Geschäftsführerin Silvia Hornkamp. (2.v.l.). fobo-Bild: Stadt Bochum/Leitmann

Die Diagnose „Duchenne Muskeldystrophie" (= Muskelschwund) bedeutet für die betroffenen Kinder und deren Familien immer noch eine unheilbare, tödlich endende Krankheit. DMD, im sprachlichen Alltag kurz „Muskelschwund" genannt, trifft jedes Jahr eines von rund 3500 männlichen Neugeborenen, ist nach der Mukoviszidose die weltweit häufigste Erbkrankheit und bislang noch nicht therapierbar. In Deutschland gibt es etwa 2500 betroffene Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

In den ersten Lebensjahren sind die Kinder noch relativ unauffällig. Die ersten Krankheitszeichen treten mit drei, vier Jahren auf, das Gehen fällt schwer. Zwischen dem 5. und 10. Lebensjahr werden die Muskeln deutlich schwächer, die Kinder entwickeln an Fuß-, Knie- und Hüftgelenken Sehnenverkürzungen, die die Bewegungsfähigkeit weiter einschränken. Mit 9 bis 12 Jahren sind sie an den Rollstuhl gebunden. Durch die immer schwächer werdenden Muskeln wächst der Bedarf an Hilfe und Pflege. Die meisten Duchenne-Patienten sterben im Jugendlichen- oder jungen Erwachsenenalter, denn auch Atem- und Herzfunktionen sind von der Muskelschwäche betroffen.

Doch es gibt Hoffnung: Durch die Fortschritte der molekularen Forschung ist es Wissenschaftlern gelungen, Ursachen vieler Muskelschwunderkrankungen zu erkennen, genaue Diagnosen zu stellen und neue Therapieansätze zu entwickeln: Erfolg versprechende Methoden, die weiterentwickelt und aufwändig getestet werden müssen, bevor sie Patienten helfen.

Hoffnung liegen in Fortschritten der molekularen Forschung

Doch die Forschung kostet Geld, und genau dort setzt die Arbeit der „aktion benni & co" an. Die Bochumerin Silvia Hornkamp, Geschäftsführerin des Vereins, führt gemeinsam mit zahlreichen Mitstreitern einen engagierten Kampf gegen die bislang noch tödlich verlaufende Krankheit. Als bei ihrem Sohn Richard Muskelschwund diagnostiziert wurde, schloss sie sich gemeinsam mit ihrem Mann dem aus einer Elterninitiative hervorgegangenen Verein „aktion benni & co" an, der mit Spendengeldern die medizinische Forschung unterstützt. Denn mit finanziellen Zuwendungen aus dem Gesundheitswesen ist kaum zu rechnen. Die ökonomisch so stark aufgestellte Humanmedizin inklusive der Pharmaindustrie erkennt aufgrund der Seltenheit der Erkrankung keine gewinnbringenden Absatzmärkte. Dementsprechend gering ist die Bereitschaft der Konzerne, Mittel in die Entwicklung innovativer Medikamente gegen die Muskeldystrophie zu investieren.

Und so ist Silvia Hornkamp mit vielen engagierten Helfern unermüdlich unterwegs, um die Thematik aus der Grauzone in die Öffentlichkeit zu bringen und Spendengelder zu sammeln. Getragen von der Hoffnung, dass in Zukunft eine Heilung möglich ist. Wobei „alles, was den Krankheitsverlauf ein Stückchen aufhält, bereits ein Erfolg ist. Unser Ziel ist aber erst erreicht, wenn kein Kind oder Jugendlicher mehr an Muskeldystrophie Duchenne sterben muss und eine Therapie möglich ist. Die Forschung muss weiter forciert werden, denn Forschung ist die beste Medizin für unsere Kinder", so Silvia Hornkamp. Weit über vier Millionen Euro hat die Aktion innerhalb der vergangenen elf Jahre zusammengetragen. Um die Arbeit der aktion benni & co nachhaltig und dauerhaft zu sichern, wurde 2010 die Deutsche Duchenne-Stiftung gegründet. Gemeinsam mit benni & co haben sie unter anderem einen mit 100.000 Euro dotierten Forschungspreis ins Leben gerufen, den 2012 Prof. Dr. Hans Lochmüller für sein Forschungsprojekt „Behandlung der Herzschwäche bei Muskeldystrophie Duchenne – Entwicklung von Testverfahren in der Zellkultur" erhielt. aschro

➤ Info: aktion benni & co

Die „aktion benni & co" engagiert sich für die Therapieforschung zur häufigsten Form des Muskelschwunds: Duchenne Muskeldystrophie (DMD). Im August 1998 wurde aus der Elterninitiative der gemeinnützige Verein. Getragen wird er von betroffenen Eltern, die in Vorstand und Geschäftsführung tätig sind. Seit 2006 ist die Geschäftsstelle in Bochum-Wattenscheid ansässig. 2010 wurde die Deutsche Duchenne-Stiftung unter der Schirmherrschaft von NRW-Ministerpräsidentin Hannelore Kraft gegründet.

➤ Kontakt
aktion benni & co. e.V., Nikolaistr. 2, 44866 Bochum, Telefon: 02327 960458 Fax: 02327 605533, E-Mail: info@benniundco.eu, www.benniundco.eu, www.deutsche-duchene-stiftung.de

➤ Spenden
Deutsche Bank, BLZ 574 700 24, Kto.-Nr. 1 609 494, Sparkasse Bochum, BLZ 430 050 01, Kto.-Nr. 427 724

➤ Weihnachtsmarkt
Am Samstag, 15. Dezember, ist die aktion benni & co mit Bastelarbeiten, Gebäck und einer Tombola auf dem Wattenscheider Weihnachtsmarkt mit einem Stand vertreten.

Eine revolutionäre Therapie ermöglicht Diabeteskontrolle und Gewichtsverlust bis zu 20 %

Eine neue Behandlungsmethode bietet in Deutschland eine bahnbrechende Therapie für Patienten mit Diabetes Typ 2 und Übergewicht. Diese Methode heißt EndoBarrier. Eine hauchdünne, flexible Auskleidung wird zur Verringerung von Blutzucker und Körpergewicht (bis zu 20 % Gewichtsverlust in 12 Monaten) endoskopisch in den Darm eingesetzt. Das Einsetzen geht schnell und unkompliziert. EndoBarrier erzielt seine Wirkung ohne unterstützende Medikamente und ohne Operation.

„Ich habe mit dem EndoBarrier schon 25 kg in gerade mal 3 Monaten abgenommen."

Daniela Zemann, eine mit der EndoBarrier-Therapie behandelte Patientin, sagt: „Ich habe mit dem EndoBarrier schon 25 kg in gerade mal drei Monaten abgenommen. Meine Lebensqualität hat sich verbessert und ich kann endlich wieder all die schönen Kleider tragen, die mir nicht mehr gepasst haben. Ich kann es kaum glauben!"

Frau Zemann war eine von vielen Patientinnen und Patienten, die im Adipositas-Zentrum NRW der Augusta Kliniken in Bochum-Linden und Hattingen behandelt wurden. Das Center ist eine der erfahrensten Einrichtungen zur Behandlung von morbider Adipositas und Diabetes. Dr. Johannes Diermann, Leitender Oberarzt im Evangelischen Krankenhaus Hattingen sagt: „In über 25 Jahren haben wir mehr als 4.000 an Diabetes und/oder morbider Adipositas leidende Patienten behandelt. Die EndoBarrier-Therapie ist ein echter Durchbruch bei der Behandlung dieser schweren und oft lebensbedrohlichen Erkrankungen."

Ist die EndoBarrier-Therapie richtig für Sie?

Die EndoBarrier-Therapie ist für Patienten, die über ihren Diabetes Typ 2 und ihr Gewicht ohne eine Operation Kontrolle haben wollen.

Hilft Patienten, die Kontrolle über ihre Gesundheit zu gewinnen

Medikamente können mit der Zeit in der Wirksamkeit nachlassen, Operationen bergen ernsthafte Risiken und hinterlassen Narben. EndoBarrier ist da grundlegend anders und revolutionär: Er wirkt gegen Diabetes Typ 2 – und gegen Übergewicht.

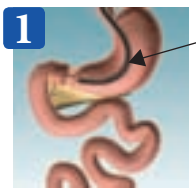
Klinisch erwiesene Ergebnisse[1,2]

Die EndoBarrier-Therapie wurde in einer Reihe von 13 klinischen Studien mit mehr als 500 Patienten geprüft. Die Ergebnisse zeigen, dass 87 % der Patienten mit Diabetes Typ 2 nach neun Monaten ihre Blutzucker-Zielwerte und eine durchschnittliche Abnahme von 18 % ihres Gesamtkörpergewichts erreichen konnten. Cholesterinwerte und Blutdruck waren ebenfalls verbessert.

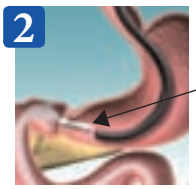
1. Moura, GHD, et al, One Year Results of an Endoscopic, Duodenal-Jejunal Exclusion Device for Weight Loss and Control of Type 2 Diabetes. Hospital das Clinicas, University of São Paulo, São Paulo, Brazil. DT&T, February 2012, vol 14, no. 2:183–189.
2. Escalona, A., et al, "Post-explant follow-up after 12 months implantation of an endoscopic duodenal-jejunal bypass liner." Department of Digestive Surgery. Faculty of Medicine Pontificia Universidad Católica de Chile. Annals of Surgery, June 2012, vol 255, Issue 6, p 1080–1085.

➤ Weitere Informationen unter:
+49(0)2324/502-561
www.augustaendobarrier.de

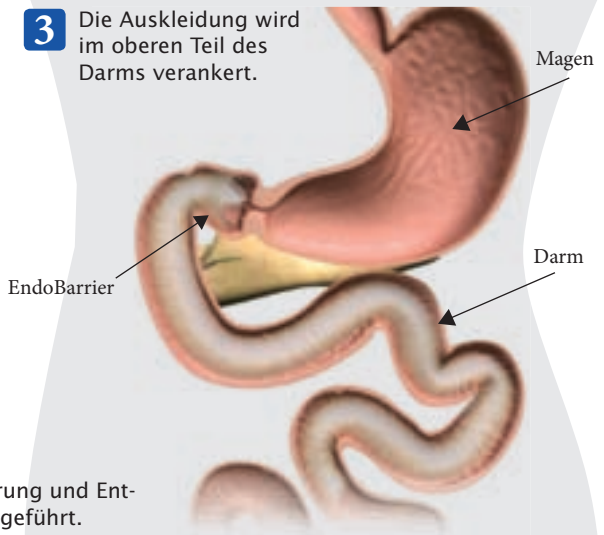
Mit der EndoBarrier-Therapie können die Blutzuckerwerte und das Körpergewicht ohne Medikamente bzw. ohne Operation drastisch verringert werden. Eine Darmauskleidung wird endoskopisch eingesetzt. Danach können Sie nach Hause gehen. Ein Jahr später wird die Auskleidung auf demselben Weg entfernt.



Mit dem Endoskop wird die Position für den EndoBarrier inspiziert.



Eine Kapsel wird zur Platzierung und Entfaltung des EndoBarriers eingeführt.



Vorteile:

- Wirkt ähnlich wie ein Bypass, aber ohne Operation bzw. ohne Abhängigkeit von Medikamenten.
- Gleichzeitige Verringerung des Körpergewichts und Senkung des Blutzuckers.
- Keine Schnitte, Vernarbungen bzw. die damit verbundenen Risiken. Die Behandlung ist vollkommen reversibel.
- Eine kurze Behandlung und Sie können sofort danach nach Hause gehen.

„Die EndoBarrier-Therapie gibt Patienten den entsprechenden Anstoß und hilft ihnen, Kontrolle über ihre Gesundheit zu gewinnen. Ich freue mich, dass ich unseren Patienten diese spannende neue Behandlungsmöglichkeit bieten kann", sagt Dr. Diermann (EvK).

augusta MEDIZIN PFLEGE BILDUNG

Heiß begehrt bei jungen und alten Mietern: Im Neubauprojekt „Villa Goy" in Altenbochum sind noch zehn Wohnungen zu haben. fobo-Bild: nir

„Barrierefrei", „altengerecht" – neue Codes für komfortables Wohnen

Interesse an Wohnungen in Neubauten oder im Bestand wächst stetig

Barrierefrei", „altengerecht", „behindertenfreundlich" – Begriffe, die im Zusammenhang mit der medialen Rezeption des demographischen Wandels populär geworden sind. Anfangs waren sie begrenzt auf Belange, die nur Betagte oder Menschen mit Handicap angingen. Aber dies hat sich gewandelt. Wenn es etwa um Wohnungen und ihre Ausstattung geht, scheinen diese Adjektive neuerdings als Gütesiegel für Qualität und Komfort zu gelten.

Tatsächlich sind Mietobjekte, die mit „barrierefrei" und „behindertengerecht" ausgezeichnet sind, sehr begehrt – aber eben nicht nur, wie man denken könnte, bei Senioren oder Menschen mit Handicap. Unter den Bewerbern sind immer häufiger junge Singles und Paare.

Nachfrage bei Jüngeren hoch

Erst jüngst haben die Sparkassen-Immobilien in Bochum ihr Dienstleistungsangebot erweitert: Sie treten jetzt auch als Makler für Mietimmobilien auf. „Viele Kunden haben den Wunsch an uns herangetragen, für sie die Suche nach passenden Mietern zu übernehmen", erklärt Kirsten Gehrmann, Leiterin des Immobiliendienstes der Sparkasse Bochum. Eigens für den Bereich Vermietung wurde Immobilienkauffrau Farina Kriener ins Sparkassen-Team geholt.

Im Angebot hat sie auch Mietwohnungen in den „Claudius-Höfen" am Rande der Bochumer Innenstadt und der „Villa Goy" in Altenbochum; zwei Neubau- und Vorzeigeprojekte – und vor Bewerbern kann sie sich kaum retten.

Farina Kriener, Kirsten Gehrmann und die Auszubildende Jennifer Zimmermann (v.l.) in den Claudius-Höfen. fobo-Bild: Sparkasse Bochum

Der Grund: Die barrierefreie Ausstattung der Wohnungen liegt voll im Trend. Während die Wohnungen in den Claudius-Höfen bereits vermietet sind, sind von den 45 Wohnungen in Altenbochum nur noch zehn zu haben. „Die Nachfrage war und ist sehr hoch, vor allem auch bei jüngeren Bewerbern“, sagt Farina Kriener. „In der Villa Goy etwa ist die Mieterschaft bunt gemischt, der jüngste Mieter ist 23, der älteste 80. Aber der Großteil liegt zwischen 35 und 55 Jahren.“ Die Gründe für diese doch überraschende Mieterstruktur liegt für Farina Kriener auf der Hand: „Früher verband man mit dem Begriff ‚barrierefrei‘ etwas in Richtung Seniorenheim. Aber das hat sich völlig verändert.“

Gelungener Bad-Umbau in einer Bestandswohnung. Unten der Rohbau als „Vorher“-Bild, oben das fertige Bad. fobo-Bilder: aldo GmbH

Jüngster Mieter 23, ältester 80

Heute bedeuten barrierefreie oder behindertenfreundliche Wohnungen ein modernes Styling, helle und offene Räume ohne Ecken, Kanten oder verwinkelten Grundriss, niedrige Schwellen überall, breite und großzügige Türöffnungen, ebenerdige Duschen ... „Viele der Bewerber ziehen jung ein und gehen schon davon aus, dass sie auf Qualität und zentrale Lage nicht verzichten wollen, wenn sie älter werden“, sagt Farina Kriener. „Und die Wohnungen bieten jede Möglichkeit, gut zu leben – auch im Falle einer Einschränkung.“

Die neuesten Schlagworte beim Thema demografischer Wandel in Deutschland skizzieren auch einen Problemhorizont: steigende Pflegekosten, Altersarmut, Kinderlosigkeit.

Wer soll sich um die alten Menschen kümmern? Wo und wie wird die Masse von ihnen wohnen? Seriösen Schätzungen zufolge leben 2030 im Ruhrgebiet rund eine halbe Million Menschen, die bezahlbare altersgerechte Wohnformen, entsprechende Betreuung und soziale Netzwerke brauchen. Wenn ein gutes und dem Alter gemäßes Wohnen gewährleistet werden soll, müssen Wohnungsanpassungen im Bestand ein zentrales Zukunftsthema werden, zumal Neubaumaßnahmen in Deutschland stark rückläufig sind.

Intensiv mit diesem Thema beschäftigt sich Albert Landberger, Geschäftsführer des Meisterbetriebs aldo GmbH für Heizung, Sanitär, Anlagen- und Lüftungsbau. Spezialisiert hat er sich u.a. auf neue Konzepte für generationengerechtes Wohnen: sein Unternehmen ist „Zertifizierter Betrieb für Barrierefreiheit“.

„Nützlich, aber lieblos“

Seine Erfahrungen bei der Sanierung von Bestandswohnungen ließ Landsberger ins Projekt „aldo – design in funktion“ einfließen. In einem Showroom sind Beispiele für barrierefreies Interieur genauso wie ein Beratungsangebot zu finden. Und auch Albert Landsberger nimmt den Bedeutungswandel der Begriffe „barrierefrei“ und „altengerecht“ wahr.

„Noch vor einigen Jahren fand man in den Vorschlägen zu Mobiliar und Baumaßnahmen in erster Linie rein funktionale Aspekte berücksichtigt“, erinnert sich Landsberger. „Diese Lösungen waren zwar nützlich, aber lieblos. Das hat sich jedoch stark geändert. Wer heute barrierefrei in Mietwohnungen wohnen möchte, hat bei den Umbauten wie der Einrichtung eine Fülle von Möglichkeiten, seine Wünsche in Bezug auf Stil und Design zu verwirklichen.“

Der Handwerksmeister führt seit 1990 Umbaumaßnahmen an Bestandswohnungen durch und bietet mittlerweile die nötigen Arbeiten aller beteiligten Gewerke aus einer Hand. Auch er erlebt, dass sich seine Kundschaft „verjüngt“.

Jüngere bauen um, Ältere nicht mehr

„Es sind häufig Menschen Mitte 40 bis 50. Sie haben selbst Kinder und erleben gleichzeitig das Älterwerden ihrer Eltern.“ Deshalb dächten sie eher an sinnvolle, eben barrierefreie Wohnungsanpassungen, als es die Menschen tun, die es aufgrund ihres Alters tun müssten. Landsberger begrüßt und ermutigt zum vorausschauenden Handeln: „Ist ein Mensch in die Jahre gekommen, ergibt sich die Notwendigkeit zur Barrierefreiheit meist plötzlich. Aber dann die entsprechenden baulichen Veränderungen durchzuführen, ist oft unmöglich und immer teuer.“

Offensichtlich sind die Herausforderungen, die der demografische Wandel an jeden einzelnen heranträgt, den Menschen bewusst geworden. Albert Landsberger: „Immer mehr Menschen begreifen rechtzeitig, wie wichtig es ist, frühzeitig für ein generationengerechtes Wohnen zu sorgen. Und das stimmt mich optimistisch.“ **nir**

Der Vereinsamung im Alter vorbeugen mit „Berg und Tal“

Tagesangebot für Senioren in Augusta-Krankenanstalt in Bochum-Linden

Spaß und Freude sind bei „Berg und Tal“ garantiert. fobo-Bild: eb-en

Berg und Tal“ heißt ein attraktives Tagesangebot für Seniorbürger, das der Vereinsamung im Alter vorbeugt: Immer mittwochs treffen sich bis zu 15 ältere Menschen, die noch etwas erleben und „unter die Leute“ wollen, im zweiten Obergeschoss der Augusta-Kranken-Anstalt in Bochum-Linden.

Kochen, Essen, Spielen und Malen – das ist nur ein Teil der Angebote, auf die sich die Senioren freuen. Das Wichtigste aber sind die Gespräche bei einem Tässchen Kaffee. „Für Gymnastik haben wir manchmal gar keine Zeit“, lacht eine Dame. „Quatschen ist wichtiger.“ Es sei einfach ein gutes Gefühl, noch etwas zu tun, noch soziale Kontakte und Kommunikation zu haben. „Wer neu in die Gruppe kommt“, sagt Ergotherapeutin Anja Langmesser, „kann sich die vielen Namen oft nicht merken. Aber das ist gar nicht schlimm. Da hätten auch junge Menschen ihre Probleme.“

„Berg und Tal“ wendet sich an Menschen ab 60 Jahre, die im Alltag keine oder nur wenig Hilfe benötigen und nicht demenziell erkrankt sind. Die Gruppe will der Vereinsamung vorbeugen, die ein Risikofaktor ist für das Entstehen körperlicher und seelischer Erkrankungen.

Einsamkeit ist das Thema

Dr. Hans-Otto Müller ist Vorsitzender des Vereins der Freunde und Förderer der Gerontopsychiatrie in Bochum-Linden, der dieses Angebot bereit hält. Der Arzt bringt es auf den Punkt: „Gesundheit, Finanzen und Einsamkeit. Das sind die wichtigsten Themen, mit denen sich alte Menschen beschäftigen.“ Vor allem dann, wenn sie bereits einsam sind, allein leben und keine Ansprache mehr haben.

„Die vertrauten Menschen, die ihnen Sicherheit gegeben haben“, erklärt Müller, „sind verstorben.“ Es sei dann enorm schwer, neue soziale Kontakte aufzubauen, zumal man ja auch keine Erfahrung damit habe. „Die haben Kinder erzogen, sich ein Leben lang nichts gegönnt – und Freizeitaktivitäten im heutigen Sinn haben sie früher nicht gekannt.“ „Ergotherapie“, sagt Anja Langmesser, „ist deshalb eine der tragenden Säulen der Gerontopsychiatrie (Alterspsychiatrie).“ Es gehe darum, mit sinnvoller Beschäftigung und Ansprache die Menschen aus Einsamkeit und Depression herauszuholen. Dies gelinge oft innerhalb weniger Stunden. Immer vorausgesetzt, dass keine behandlungsbedürftige Krankheit vorliege.

Ergotherapie: tragende Säule

Es gelte, dem Tag Struktur zu geben, etwas zu tun, sagt Dr. Müller. „Es hat keinen Sinn, zu Hause herumzusitzen.“ Müller war bis 1996 Chefarzt der Geriatrie an der Augusta-Kranken-Anstalt in Linden und damit Vorgänger des jetzigen Chefarztes Dr. Olaf Hagen. Dass Müller jetzt Vereinsvorsitzender ist, empfindet Schwester Mechthild Kolwitz, Leiterin der Station GP2 am Augusta, „als echten Segen. Er bewegt viel, weil er viele Menschen kennt – und weil er viel macht.“

Dabei ist der Ex-Chef mit seinen äußerst agilen 80 Jahren selbst im allerbesten Rentenalter. Aber Müller steht mitten im Leben, führt eine Geriatrische Praxis, stellt sich immer wieder neuen Herausforderungen. Auf der A 40 z.B. hatte er beim StillLeben 2010 einen Bücherstand aufbauen wollen, was dann an logistischen Problemen scheiterte. Dieses „Öffentliche Bücherregal“ ist jetzt seit vielen Monaten im Augusta Linden erfolgreich.

Der frühere Augusta-Chefarzt Dr. Hans-Otto Müller. fobo-Bild: eb-en

Und dann war da der Computer-Kurs an der Volkshochschule. „Der war für Senioren angekündigt. Aber es waren zu wenig Teilnehmer da, und – schwupps – saßen wir mit jungen Leuten zusammen, die natürlich ein viel höheres Tempo vorlegten als die Alten.“ Da sei auch er, gibt er zu, ins Flattern gekommen.

Bei Berg und Tal allerdings gibt es kein Flattern. Höchstens ein doppeltes „Schwärmen“: Die Senioren schwärmen schon bald wieder zum nächsten Ausflug aus – und danach kann dann wieder von einem tollen Tag geschwärmt werden. eb-en

➤ Hintergrund-Info

„Berg und Tal“ wird angeboten vom Gemeinnützigen Verein der Freunde und Förderer der Gerontopsychiatrie in Bochum-Linden e.V. Der Jahres-Mitgliedsbeitrag beträgt 24 Euro, Spenden sind immer willkommen: Konto-Nr. 5409339 bei der Sparkasse Bochum. Einmal im Monat gibt es eine Sonderveranstaltung mit Referaten und Aktionen. Da wird z.B. über die Pflichten des Jägers oder Teile der Bibel referiert. In Kürze wird Musik angeboten: „Mozart hören und verstehen“.

TERMINE • TERMINE

Verkauf von Tannenbäumen am 3. Advent

Unter dem Motto „Weihnachtsbaumverkauf für den guten Zweck“ verkauft die Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet am 15. und 16. Dezember – am Wochenende um den 3. Advent – Weihnachtsbäume. Der Erlös kommt Projekten der Kindergesundheit zugute.

Der Baumverkauf findet in der Zeit von 11 bis 16 Uhr auf dem Parkplatz der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef Hospital statt. Der Parkplatz liegt am Stadionring (gegenüber dem Ruhr Congress).

In weihnachtlicher Atmosphäre kann jeder neben Glühwein und Würstchen seinen Lieblingsbaum aussuchen.

Stiftung im „Haus der guten Tat“

Auch in diesem Jahr ist die Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet auf dem Bochumer Weihnachtsmarkt aktiv: Und zwar am 13. und 14. Dezember (Do. und Fr.) von 12–21 Uhr im Haus der guten Tat auf dem Husemannplatz. Dort bietet der Helferring der Stiftung selbstgefertigte Handarbeiten, Marmelade und Plätzchen sowie schöne Geschenke für die Kleinen aus dem Shop-Sortiment an.

Die Erlöse kommen jeweils Projekte zugute, die sich mit den Kernthemen der Stiftung befassen: der frühen Diagnostik und Therapie von schwerkranken und behinderten Kindern.

HNO-Klinik Bochum: Erste Bonebridge-OP in NRW

Neue, schonende Methode bei Schwerhörigkeit

Gute Nachrichten für viele hörgeschädigte Menschen: Die Hals-Nasen-Ohren-Universitätsklinik am St. Elisabeth-Hospital (Direktor: Prof. Dr. Stefan Dazert) führte im Oktober 2012 die landesweit erste sog. „Bonebridge-Operation“ durch. Dieses neue Verfahren ermöglicht es Menschen, die vornehmlich an einer Mittelohrschwerhörigkeit oder kombinierten Schwerhörigkeit leiden, auf schonende und zuverlässige Weise wieder zu hören.

Ist der natürliche Schallweg ins Innenohr versperrt, ist das Hören mittels Knochenleitung die bewährteste Methode. Der Schädelknochen empfängt dabei die Audiosignale und leitet die Schallwellen an die Hörschnecke weiter. Bisher wurden diese Patienten mit Hörgeräten versorgt, die mit Hilfe einer kleinen Titanschraube am Schädelknochen fixiert werden – eine funktionierende Methode, jedoch auch mit vielen Komplikationen (z.B. Entzündungen) verbunden.

Audiosignale gehen an den Schädelknochen

Mit dem ersten aktiven Knochenleitungsimplantat „Bonebridge“ (Hersteller: MED-EL aus Innsbruck, Österreich) steht nun erstmals ein so genanntes „Intact-Skin“-Implantat bereit. Das bereits bei anderen Hörimplantaten bewährte Verfahren funktioniert so gut wie komplikationsfrei, ist leicht zu handhaben, verbessert deutlich das Hörvermögen und ist ästhetisch die bessere Lösung. Die „Bonebridge“ (engl.: „Knochenbrücke“) besteht aus einem hinter dem Ohr unter der Haut liegenden Implantat und einem extern getragenen Audioprozessor, der die Schallwellen aufnimmt. Durch die Haut werden die Schallsignale über das Implantat an den Knochen und das Innenohr weitergegeben.

Das Knochenleitungsimplantat „Bonebridge“ besteht aus dem Implantat und einem extern getragenen Audioprozessor. fobo-Bild: MED-EL

Implantat liegt in der Haut hinter dem Ohr

HNO-Klinik-Oberarzt Dr. Jan Peter Thomas sieht weitere Vorteile: „Die Bonebridge können wir in einer 30- bis 60-minütigen Operation einfach einsetzen. Im Vergleich zu anderen Implantaten müssen wir damit keinen chirurgischen Zugang zum Mittelohr schaffen. Ein weiterer Vorteil für Patienten ist der geringere Nachbetreuungsaufwand. Erste Operationen weisen sehr gute Ergebnisse auf. Dies ist eine gute Lösung für viele Menschen, die in der Vergangenheit schon mehrfach an den Gehörknöchelchen operiert wurden oder unter immer wiederkehrenden Gehörgangsentzündungen leiden. **V. Psaltis**

➤ Info zur HNO-Klinik Bochum

Das Behandlungsspektrum der HNO-Klinik Bochum und ihres 20-köpfigen Ärzteteams reicht von der Ohr- und Schädelbasischirurgie einschließlich implantierbarer Hörsysteme bis zu operativen Eingriffen der Nase und der Nasennebenhöhlen sowie Weichteileingriffen zur Tumorbehandlung im Kopf-Halsbereich. Die Klinik versorgt jährlich rund 4.000 stationäre und 1.000 ambulante Patienten aus Bochum und der gesamten Region.

➤ www.hno-bochum.de

HNO-Klinikdirektor Prof. Dr. med. Stefan Dazert. fobo-Bild: Müller/Greifenberg

Anzeige

Zumba-Kurse stehen aktuell hoch im Kurs und erfreuen sich auch im Völker Fitness Center in Langendreer größter Beliebtheit.

Familiäre Atmosphäre im Völker Fitness Center

Beliebter Treffpunkt für Sport und Plausch

Wer den Weg ins Völker Fitness Center an der Alten Bahnhofstraße in Langendreer gefunden hat, der wird schnell feststellen, dass hier mehr geboten wird als purer Fitness-Spaß. Das Studio mit seinem gemütlich-familiären Charakter hat sich zu einem beliebten Treffpunkt in Langendreer entwickelt, wo bei einem Kaffee oder einem Wasser auch schon mal die neuesten Nachrichten aus der Nachbarschaft ausgetauscht werden.

Die Wohlfühlatmosphäre hat sich herumgesprochen und wird auch vom älteren Publikum geschätzt, das hier etwas für seine Gesundheit tun möchte. Dazu hat Inhaberin Angela Parpart eine Vielzahl an Rehabilitationsangeboten im Programm, die von ihren ausgebildeten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern fachkundig umgesetzt werden.

Gesundheit erhalten durch Rehasport

Dabei setzt Angela Parpart auch auf die Zusammenarbeit mit Krankenkassen und den Ärzten, die seit neuestem direkt im Haus zu finden sind. Denn im Zuge des Umbaus und der damit einhergehenden Aufwertung des Komplexes an der Alten Bahnhofstraße 121–123 ist auch ein Ärztehaus entstanden. „In dem übrigens noch Praxen bezogen werden können“, wirbt Angela Parpart für den Standort im neuen „Carrée“. Einen weiteren Reha-Standort gibt es im Übrigen an der Königsallee 178a.

Neben dem Rehasport stehen aktuell Zumba-Kurse auf der Beliebtheitsskala ganz weit oben. Das von lateinamerikanischen Tänzen inspirierte Tanz-Fitness-Programm verbindet in seiner Choreografie unter anderem HipHop und Salsa mit Kampfkunstelementen und Bauchtanzbewegungen. Das ist eine riesige Fitnessparty mit jeder Menge Spaß und Musik, die den wöchentlichen Kursplan bereichern. Als besonders gesundheitswirksam bezeichnen die Experten den „Effektivzirkel“, bei dem gezielt an den jeweiligen Beschwerden gearbeitet wird.

Wer es lieber etwas ruhiger mag, der ist bei Tai Chi und Yoga an der richtigen Stelle. Und mit dem neuen Kooperationspartner, der Schule Wing Chun Chuan, hält auch die asiatische Gesundheitslehre Einzug ins Völker Fitness Center.

➤ Kontakt und Infos:
Völker Fitness Center
Alte Bahnhofstraße 121–123
44892 Bochum
Tel.: 0234/296030
Fax.: 0234/2878981
Internet: www.voelker-fitnesscenter.de

Neuer Nachweis für Multiple Sklerose in Aussicht

Wissenschaftler der Ruhr-Universität Bochum (RUB) und der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) haben eine neue Methode zum Nachweis von Multipler Sklerose (MS) sowie zur Unterscheidung verschiedener Verlaufsformen dieser Erkrankung ausfindig gemacht. Sie erzielten ihre Ergebnisse in einer Studie mit mehr als 100 Teilnehmern, die Daten müssen noch in einer zweiten Untersuchung mit mehr als 1000 Patienten überprüft werden. Die Forscher veröffentlichten ihre Erkenntnisse in der aktuellen Ausgabe der angesehenen Zeitschrift Neurology.

Beim Verdacht auf Multiple Sklerose (MS) – die chronisch-entzündliche Erkrankung des Gehirns und des Rückenmarks – führen Ärzte eine sogenannte Lumbalpunktion durch, bei der sie Nervenwasser aus dem Lendenwirbelbereich entnehmen. Die Forscher konnten nun nachweisen, dass sich in dieser Flüssigkeit krankheitsspezifische Micro-RNAs befinden. Das sind kurze Ribonukleinsäureketten, die Entwicklung, Vermehrung und Funktion von Zellen steuern können. Diese Micro-RNAs zeigen an, ob die Erkrankung vorliegt oder nicht. Darüber hinaus ist anhand von verschiedenen Mustern, die diese Micro-RNAs bilden, erkennbar, welche Verlaufsform der Erkrankung vorliegt.

„Wir hoffen, dass die Ergebnisse auch Einsichten in die Veränderungen der Erbinformationen sowie die Entstehung und Entwicklung der MS gewähren – und, dass wir Faktoren finden, die beim Übergang von der schubförmigen zur sekundär-chronischen MS eine Rolle spielen“, sagt Dr. Aiden Haghikia, Neurologische Klinik der RUB. „Unsere Erkenntnisse befinden sich im Anfangsstadium, werden aber möglicherweise helfen, die Erkrankung zu diagnostizieren und den Verlauf zu prognostizieren“, sagt Professor Dr. Thomas Thum, Leiter des Instituts für Molekulare und Translationale Therapiestrategien (IMTTS) der MHH.

➤ Informationen bei Dr. Aiden Haghikia, Neurologische Klinik der RUB, St. Josef-Hospital Bochum, Tel. 0234/509-2411 aiden.haghikia@ruhr-uni-bochum.de

Zertifikatsübergabe an die Hygienebeauftragten mit den Hygienefachkräften M. Haupt (hinten, 1.v.l.) und M. Sichelschmidt (hinten, 1.v.r.) sowie Pflegedirektor P. Fels (hinten, 5.v.l.).
fobo-Bild: V. Daum / Bergmannsheil

Pflegefachkräfte werden zu Hygienebeauftragten

Neues Schulungsprogramm im Bergmannsheil

Ein gutes Hygienemanagement ist das beste Mittel, um Infektionen im Krankenhaus zu vermeiden. Die Krankenhaushygiene des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil hat jetzt ein neues Schulungskonzept eingeführt, um Pflegefachkräfte zu sogenannten Hygienebeauftragten weiterzubilden. Sie unterstützen die hauptamtlichen Hygienefachkräfte der Klinik bei der Überwachung und Durchführung der nötigen Hygienestandards. Die ersten elf Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben die Fortbildung jetzt erfolgreich abgeschlossen. Sie entspricht den neuen gesetzlichen Anforderungen und richtet sich inhaltlich an den Vorgaben der Deutschen Gesellschaft für Krankenhaushygiene e.V. (DGKH) aus.

„Die Hygienebeauftragten haben eine wichtige Multiplikatorenfunktion“, so Melanie Haupt, Hygienefachkraft im Bergmannsheil. „Sie sind besonders darauf sensibilisiert, dass die geltenden Vorgaben zur Krankenhaushygiene in der täglichen Arbeit umgesetzt werden.“ Auch zuvor gab es Mitarbeiter in der Pflege, die als Hygieneassistenten ähnliche Aufgaben wahrgenommen haben. Für die neuen Hygienebeauftragten in der Pflege, wie sie in der aktuellen Verordnung über die Hygiene und Infektionsprävention in medizinischen Einrichtungen (HygMedVO) bezeichnet sind, wurden die Fortbildungsanforderungen nun noch einmal erweitert und präzisiert. Analog zum Curriculum, das die Deutsche Gesellschaft für Krankenhaushygiene formuliert hat, hat das Bergmannsheil eine 40-stündige Basisschulung entwickelt. Das Themenspektrum reicht von gesetzlichen und normativen Hygieneregeln über präventive Maßnahmen zur Infektionsprophylaxe bis hin zu organisatorischen, baulichen und technischen Anforderungen der Krankenhaushygiene.

Hygienestandards weiter entwickeln

Die Teilnehmer der Schulung sind erfahrene Gesundheits- und Krankenpfleger. Sie sind anschließend in ihren Teams Ansprechpartner in Hygienefragen, sie wirken aber auch in übergreifenden Qualitätszirkeln und Arbeitsgruppen mit, um die betrieblichen Hygienestandards weiter zu entwickeln. In Kürze wird es auf jeder Station und in jedem Funktionsbereich einen pflegerischen Hygienebeauftragten geben, der nach dem neuen Curriculum geschult wurde. „Wir freuen uns, dass wir damit sehr zeitnah die neuen Anforderungen erfüllen“, erklärt Pflegedirektor Peter Fels. „Zugleich danken wir unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihr großes Engagement, hier zusätzliche Verantwortung zum Wohle unserer Patienten zu übernehmen.“

Robin Jopp

Positive Erziehung früh fördern: RUB lädt zum Elterntraining

Eine liebevolle und positive Beziehung zu ihrem Baby aufbauen sowie die Gesundheit und das Wohlbefinden von werdenden Familien fördern: Das ist das Ziel eines Trainingsprogramms der Ruhr-Universität Bochum (RUB) für Eltern, die zum ersten Mal ein Kind bekommen. Unter der Leitung von Prof. Dr. Silvia Schneider kümmert sich ein Team aus Psychologinnen der Arbeitseinheit klinische Kinder- und Jugendpsychologie um die teilnehmenden Eltern. Die wöchentlichen Elterntrainings umfassen zwei Stunden, in denen Paare und Alleinerziehende erfahren, wie sie die Entwicklung ihres Babys fördern können. Nach der Geburt bekommen die Familien eine persönliche Beratung und Unterstützung durch eine Trainerin am Telefon. Die Ruhr-Universität Bochum bietet diesen Elternkurs kostenlos an.

Erziehungsprogramm Baby Triple P

Während des Elterntrainings lernen die Teilnehmer, ihr Kind zu beruhigen, die Bedürfnisse des Neugeborenen zu erkennen, gute Schlafgewohnheiten zu fördern und anstrengende Situationen zu bewältigen. Außerdem lernen sie, die Rollentransmission vom Paar zur Elternschaft zu meistern, um das richtige Verhältnis zu ihrem Baby zu entwickeln und die eigene Paarbeziehung zu stärken.

In Zusammenarbeit mit dem Parenting and Family Support Centre (PFSC) der Universität Queensland und Triple P Deutschland ist der Kurs ein Teil eines Forschungsprojekts der Ruhr-Universität Bochum, das die Wirksamkeit des Elterntrainings – einer Version des australischen Triple P (positive parenting program) – untersucht.

Kurs läuft bis Frühjahr 2013

Der Kurs findet in den Räumen der Ruhr-Universität Bochum statt. Die Eltern werden gebeten, kurze Fragebögen vor und nach dem Kurs auszufüllen. Das Elterntraining begann im November 2012 und wird stetig bis nächstes Frühjahr angeboten. **idw**

➤ Weitere Informationen, auch über die Anmeldemöglichkeiten, finden sich online unter: www.triplep-rub.de

Ortstermin: Vereinsvorsitzende Birgit Schyboll (li.) zeigt den Augusta-Mitarbeitern Günter Klanke und Edwige Bähnck-Kedzia Haus und Anlage des Hospizdienstes in Witten-Herbede. fobo-Bild: eb-en

Augusta-Mitarbeiter spenden für Kinderhospizdienst

Wittener Verein betreut zurzeit 40 Familien

Die Entscheidung fiel einstimmig und schnell: Betriebsrat und Mitarbeitervertretung der Augusta-Kliniken Bochum Hattingen spendeten schon vor ihrem Mitarbeiterfest den Erlös der Tombola für den in Witten-Herbede ansässigen ambulanten Kinderhospizdienst Ruhrgebiet. Jetzt überreichten Edwige Bähnck-Kedzia und Günter Klanke im Namen der Augusta-Belegschaft 1140 Euro an die engagierte Vorsitzende Birgit Schyboll.

Nicht weniger als 280 „lebensverkürzend erkrankte“ Kinder gibt es im Umkreis von rund 40 Kilometern um Witten. „Rund 40 Familien betreuen wir derzeit, und es ist keineswegs so“, erklärt Vorsitzende Birgit Schyboll, „dass wir nur in der ‚abschiedlichen Phase‘ helfen können. Ganz im Gegenteil.“

Der Verein bietet Begleitung der betroffenen Kinder, Entlastung und Lebensbegleitung für die Eltern und Geschwister. Und dies auch schon kurz nach der Diagnose. Im Ruhrgebiet sei die Versorgung für Betroffene sehr gut. Lediglich in den Ferien gebe es Wartezeiten.

Entlastung und Begleitung

Das große Netz von 40 bis 60 ehrenamtlichen Mitarbeitern hilft z.B., die Familien beim Einkauf, im Haushalt oder anderen Alltagstätigkeiten zu entlasten. „Wir wissen oft, welche Ärzte bei einem speziellen Krankheitsbild besonders qualifiziert sind“, so Schyboll, „oder können bei Behördengängen Unterstützung geben.“

Nach einer niederschmetternden Diagnose sei es für die Menschen oft sehr hilfreich, die erfahrenen Partner des Hospizdienstes an der Seite zu haben.

Viel ehrenamtliche Hilfe

Pro Jahr bietet der Verein zwei Kurse an, um ehrenamtliche Helfer an den Umgang mit betroffenen Kindern und deren Angehörigen heranzuführen, aber es gibt auch im Umfeld viel zu tun. „Ganz viele Frauen stricken für uns Sachen, die wir auf unserem Basar verkaufen“, erzählt Schyboll, und viele Männer leisten tatkräftige handwerkliche Hilfe. „Wir müssen unseren Allerwertesten richtig hoch heben, damit wir immer wieder genug Geld zusammen bekommen.“

Unbeschwerte Stunden organisieren

Gerade war der Verein mit 36 Personen zu einer Freizeit auf Norderney: Betroffene und Angehörige freuten sich über ein paar unbeschwerte Stunden in geselliger Runde.

„Viele Familien finden nur ganz schwer ein passendes Feriendomizil“, erläutert Birgit Schyboll. Schließlich müssen für Schwerstkranke die Umstände passen. Barrierefreiheit ist nur eines der wichtigen Themen. „Wir haben da etwas in der Planung, und ich hoffe, dass wir das hinbekommen.“ **eb-en**

TERMINE • TERMINE

„Ein Baby ...

Und nun?“ – so lautet das Thema eines Informationsabends der Frauenklinik der Augusta-Kranken-Anstalt für Interessierte und werdende Eltern.

Die Augusta-Experten sprechen über Stillen, Pflege, Bedürfnisse und Entwicklung des Säuglings in den ersten Lebenswochen und -monaten. Der Informations-Abend am 13.12.2012 (Do.) um 19.30 Uhr findet im Hörsaal des Institutsgebäudes (Bergstraße 26) statt.

Am 10.01.2013 (gleiche Zeit) sprechen die Experten der Frauenklinik über die „klassische“ Geburt, alternative Entbindungspositionen und über die alte und vorteilhafte Wassergeburt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen und Kreißsaalführungen in kleinen Gruppen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Gegen Brustkrebs

Betroffene und Angehörige kommen bei den Expertengesprächen des Vereins „Aktiv gegen Brustkrebs“ zu Wort.

Am 13.12.12 (Do.) von 18 bis 19.30 Uhr fragt Moderatorin Dr. Ute Bückner von der Onkologischen Gemeinschaftspraxis, was es Neues gibt bei der Behandlung fortgeschrittener Brustkrebserkrankungen. Die Experten sind im Institutsgebäude der Augusta-Klinik (Bergstr. 26, 1. Etage, Kursraum 2) Onkologin Dr. Irene Rüger von den Augusta-Kliniken und die niedergelassene Onkologin Dr. Ulrike Enser-Weis. Um telefonische Anmeldung unter 0234 / 95082267 wird gebeten.

WE!HNACHTS-KARTEN

zugunsten muskelkranker Kinder.

Motiv 1

Motiv 2

Motiv 4

Motiv 3

Motiv 5

Motiv 6

Motiv 7

Motiv 8

Wir freuen uns, auch in diesem Jahr Weihnachtskarten für 1,50 Euro anbieten zu können und bedanken uns bei den Künstlern für die Motive. Mit dem Kauf dieser Weihnachtskarten unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen Duchenne Stiftung, gegründet 2010 durch aktion benni & co e. V.

Vielen Dank für Ihre Hilfe!

Der Versand erfolgt durch:
aktion benni & co e. V.
Silvia Hornkamp
Nikolaistraße 2 | 44866 Bochum
Telefon 0 23 27/96 04 58
Telefax 0 23 27/60 55 33
E-Mail info@benniundco.eu

Nutzen auch Sie die Karte für weihnachtliche Grüße an Ihre Geschäftspartner. Gerne lassen wir einen besonderen Eindruck vornehmen. Wenden Sie sich zur weiteren Absprache an unsere Geschäftsstelle in Bochum:

Telefon 0 23 27/96 04 58 oder per E-Mail info@benniundco.de.

Eine Stiftung der aktion benni & co. e.V.

Deutsche Duchenne Stiftung

Die Schirmherrschaft trägt Frau Hannerlore Kraft, Ministerpräsidentin NRW

Verein zur Förderung der Muskeldystrophie Duchenne Forschung
aktion benni & co e. V. · Geschäftsstelle Bochum · Nikolaistraße 2 · 44866 Bochum
www.benniundco.de · info@benniundco.de · Telefon 0 23 27/96 04 58

55 Jahre vor Ort: Das feierte die Sparkasse in Wiemelhausen mit einem großen Familienfest. fobo-Bild: Sparkasse Bochum

Sparkassen-Geschäftsstellenleiter Volker Huhn und sein Team übergaben 1666 Euro an Spendengeldern. fobo-Bild: Sparkasse Bochum

Geldsegen für Kindergärten in Wiemelhausen

Sparkasse Wiemelhausen feierte 55. Geburtstag mit einem Familienfest

Seit 55 Jahren ist die Sparkasse in Wiemelhausen vor Ort. Das feierten Geschäftsstellenleiter Volker Huhn und sein Team mit Kunden und Nachbarn rund um die Geschäftsstelle an der Brenscheder Str. 43 B.

Für Groß und Klein gab es zusätzlich zu Hüpfburg und Co. ein buntes Unterhaltungsprogramm, an dem neben anderen auch die Kindergärten St. Johannes und KiWi-Nest beteiligt waren. Als Dankeschön erhielten sie die Einnahmen in Höhe von insgesamt 1666 Euro, für die es schon Verwendung gibt.

Die Kita St. Johannes wird 1111 Euro in Leseecken in jeder Gruppe und eine Lesecouch investieren. KiWi-Nest wird mit dem Spendenerlös die Turnhalle weiter ausstatten.

Immer für Sie da!
9 qualifizierte Handwerksbetriebe Hand in Hand für Ihre Baumaßnahme
Ganz gleich, ob Sie bauen oder sanieren.
Unser Verbund von Meister-Fachbetrieben bietet Planung, Ausführung und Koordination mit gründlicher Beratung und Rundum-Service - individuell und kostengünstig auf Ihre persönlichen Ansprüche zugeschnitten.
...Ihre Handwerker
BiB
Bauen in Bochum
...Ihre Dienstleister
Neue Anschrift:
Hohe Eiche 19, 44892 Bochum
Tel. 0234-3259750
eMail info@bib-bochum.de
Alba Alubau & Bauelemente + Garten- & Landschaftsbau Küsterarend + Malerbetrieb Lindemann
LiPi Bauelemente + Dagobert´s Dächer, Christian Müller + Dachdecker Dagobert Müller
Elektro Ratajczak + Sanitär & Heizung Sedello + Hagebaumarkt Holz Ziesak

6000 Euro für den guten Zweck

Benefiz-Auktion „Farbe bekennen“ der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet

Mir ist zu Ohren gekommen, dass der Erschaffer dieses Landschaftsgemäldes auch Jäger ist. Jäger und Maler! Ich weiß, das sind zwei völlig unterschiedliche Weisen, die Natur zu rezipieren ...“

In seiner typischen Art begeisterte Auktionator Jochen Malmsheimer die rund 150 Interessierten, die an jenem Sonntag im November die Benefiz-Auktion „Farbe bekennen“ besuchten. Längst nicht jeder hatte einen Sitzplatz ergattern können, und viele nahmen stehend an der Auktion im großen Veranstaltungssaal der Sparkasse Bochum im Gebäude am Dr.-Ruer-Platz teil. Iris von der Lippe, Vorstand des Veranstalters Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet, zog ein positives Fazit. Insgesamt 60 Werke waren angeboten worden. Die ersteigerten Gemälde und Skulpturen kamen für Preise zwischen 30 und 1000 Euro unter den Hammer. Insgesamt ergab sich ein Reinerlös von 6000 Euro für den guten Zweck.

Großes Interesse für „Farbe bekennen“: Der Veranstaltungssaal im Sparkassen-Gebäude in der Bochumer City war bis auf den letzten Platz gefüllt. fobo-Bild: Anja Micke

Professionelle Auktion

„Wir sind mit dem Ergebnis sehr zufrieden“, sagte Iris von der Lippe. Der Erlös fließt in ein Projekt, das sich mit den Kernthemen der Stiftung befasst: der frühen Diagnostik und Therapie von schwerkranken und behinderten Kindern. Die Benefiz-Auktion freute Iris von der Lippe noch aus anderen Gründen: „Der Saal war voll, die Sparkasse war ein hervorragender Gastgeber und das Orga-Team um Projektmanagerin Heike Kehl, zu dem auch Mitglieder des Round Table Bochum gehörten, hat professionelle Arbeit geleistet – wie vor allem auch Auktionator Jochen Malmsheimer.“

Malmsheimer will spielen

Tatsächlich verlieh der Kabarettist der Auktion mit seinen witzigen Werkbeschreibungen und Anpreisungen eine besondere Note. Bei der „Blauen Eule“ berichtete er etwa, darunter als Kind schon gespielt zu haben: Künstler Klaus Fröhlich sei nämlich einst Nachbar der Malmsheimers gewesen. Malmsheimer feuerte nun die Auktion an, indem er zusicherte – so ein neues Gebot folge und ein neuer Besitzer das Bild an eine neue Wand hänge – noch einmal unter dem Werk zu spielen. Er würde sogar das Spielzeug mitbringen.

Witzig auch als Auktionator: Kabarettist Jochen Malmsheimer (r.). fobo-Bild: Anja Micke

Unter großem Gelächter sah sich die „Blaue Eule“ von Bietern umkämpft und wechselte für einen ansehnlichen Betrag den Eigentümer. **nir**

Kinderklinik freut sich über Spende für behindertengerechtes Bett

Prof. Dr. Eckard Hamelmann (li.), Direktor der Kinderklink, Theodorus Tsarouchis (Mitte) und Michael Hirlehei. Foto: Müller/Greifenberg

Das Fest zum zehnjährigen Bestehen stellte der Bochumer Niederlassungsleiter der italienischen Motorradmarke DUCATI Theodoros Tsarouchis in den Dienst der Universitätskinderklinik.

Die Erlöse aus dem Verkauf von Grill- und Pizzaspezialitäten, Kaffee und Kuchen sowie den Inhalt einer Spendenbox stockten der 46-jährige Geschäftsmann und viele seiner Kunden und Partner auf die Summe von 750 Euro auf. Kinderklinik-Direktor Prof. Dr. Eckard Hamelmann dankte für das Engagement und verständigte sich mit dem Jubilar auf die Investition in ein mobiles und behindertengerechtes Bett für schwerstbehinderte jugendliche Patienten.

Theodoros Tsarouchis: „Ich bin froh, dass ich in meinem Leben die Chance hatte, meinen Traum zu realisieren. Aber nicht alle Kinder können das. Vielleicht können Benefizaktionen wie unsere etwas dabei helfen, kranken Kindern und ihren Familien wieder eine Perspektive zu geben.“

V. Psaltis

Brisanz und Spannung für Bücherfreunde

Was sich in Deutschland ändern muss

Zoff auf Straßen, hohe Arbeitslosigkeit, Überfremdungsängste bei der einheimischen Bevölkerung – das ist die Realität in Berlins Problembezirk Nr. 1. Doch Neukölln ist überall.

In seinem Buch sagt Neuköllns Bezirksbürgermeister Heinz Buschkowsky, was sich in Deutschland dringend ändern muss. Er ist in Berlin-Neukölln geboren, stammt aus einfachen Verhältnissen und lebt seitdem dort. Dank öffentlicher Schulen und staatlicher Unterstützung hat er es zu etwas gebracht. Dies hat ihn geprägt. Armut soll kein Schicksal sein, allenfalls eine schwere Ausgangslage, so seine Devise. Er glaubt, Menschen lassen sich durch Bildung verändern und ist überzeugt: Wer gefördert werden will, muss sich an Regeln halten.

➤ Ullstein, 19,99 Euro.

Der Rächerin auf der Spur

Es ist der mittlerweile vierte Fall für das Sonderdezernat Q – und ein weiterer packender Thriller aus der Feder Adler Olsens. Eine Reihe vermisster Personen aus dem Jahr 1987, die durch eine Person und deren entsetzliches Schicksal verbunden sind: Nete Hermansen.

Eine junge Frau ohne jede Chance auf ein selbstbestimmtes Leben, von Menschen grausam misshandelt, wird zwangssterilisiert durch einen fanatischen Arzt und verbannt nach Sprogø, der Insel für ausgestoßene Frauen. Sie nimmt grausam Rache ...

➤ dtv-premium, 19,90 Euro.

Bildung wird vernichtet

In der Diskussion um Studiengebühren legen die Bochumer Ökonomen Alexander Pfitzner und Stefan Winter jetzt ein provokantes Buch vor: „Die Studiengebührenlüge – Wie die Republik Bildung vernichtet und die Armen abzockt".

Im Buch, das an Deutlichkeit nichts vermissen lässt, plädieren die Autoren für nachgelagerte Studiengebühren nach australischem Modell – die Bezahlung des Studiums erst nach erfolgreichem Berufsstart. Dass Professor Winter nicht nur polemisiert, zeigt sich daran, dass er seit Jahren freiwillig der Uni Hannover, an der er studiert hat, monatlich 100 Euro überweist. „Wenn ich in Pension gehe", so Winter,

„werde ich die Kosten meines Studiums zuzüglich 2,5% Zinsen p.a. zurückgezahlt haben. Angesichts meines Nettoeinkommens von 5.000 Euro pro Monat halte ich das für mehr als zumutbar, auch für andere Akademiker mit meinem Einkommen."

➤ Auch das Buch ist bezahlbar: 9,90 Euro.

Herzschlag bis zum Tod

Ein einziger Moment verändert das Leben einer jungen Journalistin: An einem nebelverhangenen Tag ist sie mit der Fähre auf dem kanadischen Lake Champlain unterwegs.

Sie sieht, wie von einer entgegenkommenden Fähre ein kleiner Junge in den See stürzt. Außer ihr scheint niemand den Vorfall bemerkt zu haben. Troy trifft in Sekundenbruchteilen eine gefährliche Entscheidung: Sie springt dem Jungen ins eiskalte Wasser hinterher ... Ein Sara-J.-Henry-Thriller für

➤ 14,90 Euro, dtv-premium.

Vom Glück, mit Büchern zu leben

Zeige mir was du liest und ich sage dir, wer du bist.

Die Autorin Stefanie von

Wietersheim und die Fotografin Claudia von Boch besuchten 20 Persönlichkeiten, u.a. Prominente wie Gourmetkritiker und Autor Wolfram Siebeck und Bestsellerautorin Ildiko von Kürthy, und erfuhren in Gesprächen, was für eine Rolle Bücher in ihrem Leben spielen. Es entstanden intime Portraits, detailliert beschrieben und mit vielen Zitaten angereichert, die tief ins Innere der Personen blicken lassen.

➤ 192 Seiten, 250 Farbfotos für 29,95 Euro, Callwey-Verlag.

Notdienste

Apothekennotdienst: Kurzwahl von jedem Handy (69 Cent/Min): 22 833; Tel. (kostenlos) 0800/00 22 833, www.aponet.de

Ärztlicher/Fachärztlicher Notdienst: 0180/5044 100
Die Notfallnummer gilt: Montag, Dienstag, Donnerstag 18 Uhr bis 8 Uhr des Folgetages; Mittwoch und Freitag 13 bis 8 Uhr am Folgetag; sowie Samstag, Sonntag und an Feiertagen ganztägig

Notfallpraxis am St. Josef-Hospital, Gudrunstraße 56, 44791 Bochum (Dienstzeiten: s.o.)

Kinder- und Jugendärztlicher Notdienst: 0180/5044 100, täglich am Mo, Di, Do: 18-21 Uhr, Mi, Fr: 16-21 Uhr, nach 21 Uhr übernimmt die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin die Bereitschaft; Infos: www.kind-bochum.de

Notrufnummern: Feuerwehr und Rettungsdienst 112, Polizei 110

Zahnärztlicher Notdienst: Tel. 0234/77 00 55

Kindernotruf: 24 Stunden erreichbar über Tel. 0234/ 910-5463, Jugendamt Stadt Bochum, Tel.: 910-2985

Tierärztlicher Notdienst: Zentraler Notrufdienst, Tel. 01805/12 3411.

Notdienste: Tierschutzverein: Mo bis Fr 8 bis 17 Uhr, Tel. 29 59 50, sonst Notrufnummer 110

Entstörungsdienst: Strom, Öffentliche Beleuchtung: Tel. 960 1111; Gas/Wasser: Tel. 960 2222; Fernwärme: Tel. 960 3333

Kurierdienst für Notfallmedikamente: Tel. 0176 / 28 11 72 13

Giftnotruf Berlin: Tel. 030/19240

Giftzentrale Bonn: Tel. 0228/19240

Telefonseelsorge: Tel.: 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222, rund um die Uhr, anonym, gebührenfrei, Chat-Beratung: www.telefonseelsorge.de

Prisma – Beratung für Suizidgefährdete: Vereinbarung eines persönlichen Termins: Mo-Fr: 9-13 Uhr: Tel. 0234/58513

Aids-Hilfe Bochum: Harmoniestraße 4, 44787 Bochum, Tel. 0234/51919 zu den Öffnungszeiten: Di - Fr von 10 bis 13 Uhr, Do von 16 bis 20 Uhr

Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e.V. Bochum und Beratungsstelle: Westring 43, 44787 Bochum, Tel. 0234/68 10 20

Madonna e.V.: Treffpunkt und Beratung für Sexarbeiterinnen, Alleestraße 50 (im Hof), 44793 Bochum, Tel. 0234-68 57 50

Schwangerenkonfliktberatung: pro familia, Hans-Böckler-Str. 10a, 44787 Bochum, Tel. 0234/12 3 20, donum vitae, Am Kortländer 1, 44787 Bochum, Tel. 0234/640 89 04

Verein für psychosoziale Betreuung e.V: Ovelackerstraße 5, 44892 Bochum, Tel. 0234/28 2 07

Krisenhilfe Bochum e.V: Viktoriastr. 67, 44787 Bochum, Tel. 0234/96 47 80, Öffnungszeiten: Mo-Do: 9-17 Uhr, Fr: 9-15 Uhr

Suchtnotruf bundesweit/24 Std.: Tel. 01805/31 30 31

Medizinische Flüchtlingshilfe e.V: Dr.-Ruer-Platz 2, 44787 Bochum, Tel. 0234/904-1380

Zu guter Letzt

... der wahrscheinlich kleinste Weihnachtsmarkt im Lande

Kunsthandwerk aus Afrika, südafrikanischer Wein, Gewürze, Früchtebrot und Glühwein ... Das alles und noch viel mehr gibt's wieder auf Bochums kleinstem Weihnachtsmarkt, der wahrscheinlich auch der kleinste in ganz NRW ist, vom 29. November bis zum 14. Dezember (werktags 12 bis 18 Uhr). Die Erlöse des Marktes vor dem Haupteingang der Augusta-Kranken-Anstalt an der Bergstraße fließen einmal mehr in die sozialen Projekte des Fördervereins Augusta Afrika e.V.
In drei Holzhütten bieten Chef de Cuisine Ralf Meyer und das Team der Augusta-Gourmet-Küche verschiedene warme Speisen, Waffeln und selbstgebackene Plätzchen an. Garantiert gibt es auch wieder den heiß begehrten Eier- bzw. Kaffeelikör, den die Mitarbeiter der Apotheke ebenso produziert haben wie den leckeren Früchtetee.
Der von ehrenamtlichen Mitarbeitern und einigen Chefärzten betreute Markt ist an zwei Adventssonntagen (2. und 9.12., jeweils 14 bis 18 Uhr) geöffnet und stimmt auch musikalisch auf die Weihnachtszeit ein.
Am Gesundheitszentrum Bochum wird das Stahl-Objekt des Überlinger Künstlers Jochen Schimpfle-Andresen wieder einen der größten Weihnachtsbäume der Stadt einrahmen, der zum ersten Advent illuminiert wird. eb-en

IMPRESSUM

Forum Verlag – Rimkus, Franken, Schröder GbR
Hauptstr. 146
44892 Bochum
Fon +49(0)234.92002.0
Fax +49.(0)234.92002.19
redaktion@forum-bochum.com
www.forum-bochum.com

Redaktion
Nils Rimkus (nir), Andrea Schröder (aschro), Eberhard Franken (eb-en)

Forum Bochum erscheint zweimonatlich mit einer Auflage von 10.000 Exemplaren.

Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde in den Texten die männliche Form gewählt. Gleichwohl beziehen sich die Angaben auf Angehörige beider Geschlechter.

Druck: Zimmermann Druck + Verlag GmbH, Balve

Titelfoto: Andreas Molatta

L.u.P. GmbH · Labor- und Praxisservice
DIE L.U.P. GMBH – IHR PRAXISPARTNER

Über 20 Jahre Laboranalytik in den Bereichen Klinische Chemie, Hämatologie und Endokrinologie machen unser Zentrallabor zu einem kompetenten regionalen Partner für 1.000 Arztpraxen im Ruhrgebiet und Bergischen Land.
In unserer Lebensmittelmikrobiologie werden Lebensmittel- und Wasserproben auf Keimfreiheit überprüft. Lebensmittelverarbeitende Betriebe können durch unsere Untersuchungen ihre Verarbeitungshygiene nachweisen.

Für eine flexible und kundennahe Logistik führen wir den Probentransport mit einem eigenen Fahrdienst durch; in die Bochumer Innenstadt fahren wir umweltfreundlich per Fahrrad.
Betriebswirtschaftliche Leistungen, wie Buchführung, Einkauf und Weiterbildungen etc. runden unser Leistungsprofil ab.
Besuchen Sie uns im Internet unter www.lupservice-gmbh.de oder sprechen Sie uns direkt unter 0234 – 30 77 300 an.

L.u.P. GmbH
Labor- und Praxisservice
Universitätsstraße 64 - 44789 Bochum

hagebaumarkt

HIER HILFT MAN SICH.

ZIESAK

hagebaumarkt · baustoffe

gartencenter · freizeit

Wir verlegen Ihr Laminat, Parkett oder montieren Türelemente und Garagentore.

Fragen Sie nach unseren günstigen Montagepreisen.

Oberhausen
Mülheimer Straße 25
Tel. 02 08/43 77-0

Am Wasserturm
Nähe Centro

Bochum
Wallbaumweg 53 - 75
Tel. 02 34/92 66-0

Nähe
Opel Werk 2 + 3

Engagieren Sie sich aktiv für den Klima- und Umweltschutz! Für nur einen Euro zusätzlich pro Monat bekommen Sie sauberen Ökostrom aus Wasserkraft, den die Stadtwerke Bochum aus österreichischen Wasserkraftwerken beziehen. TÜV-zertifizierte Anlagen der Verbund-Austrian Hydro Power AG erzeugen dort den Ökostrom, den wir für Sie ins deutsche Stromnetz einspeisen. Wechseln Sie jetzt: Es genügt ein Anruf, und Sie schalten um auf klimafreundlichen Strom aus Wasserkraft. Übrigens: Wir versorgen in Bochum bereits alle städtischen Einrichtungen und die öffentliche Beleuchtung mit Ökostrom aus Wasserkraft! Schließen Sie sich jetzt an: per Telefon unter 0234 960-3737 oder auf unserer Internetseite www.stadtwerke-bochum.de.

www.stadtwerke-bochum.de

STADTWERKE
BOCHUM